





ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.06.28. - 2021.07.04.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2021. 06. 28. hétfő	(00582)	E	Szakiskola gluténmentes Komló*	Rostos almalé (100%-os)	579,67	138,68	0,18	0,00	35,00	0,00	0,02		
				Sertésborda parasztosan (gluténment.)	2 474,71	592,04	30,74	6,20	58,50	0,37	1,22		
				Káposzta saláta	236,62	56,61	1,82	0,03	11,40	5,00	1,02		
				Összesen:	3 291,00	787,33	32,74	6,23	104,90	5,37	2,26		
2021. 06. 29. kedd	(00582)	E	Szakiskola gluténmentes Komló*	Zöldborsóleves (gluténmentes)	576,39	137,89	4,80	0,30	22,62	0,02	0,90		
				Tejszínes baconos csirkés tészta (gluténmentes)	3 004,70	718,83	36,99	13,41	74,80	0,03	2,11	 	
				Nektarin	184,87	44,23	0,75	0,04	9,42	0,00	0,00		
				Összesen:	3 765,96	900,95	42,54	13,75	106,84	0,05	3,01		



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 06. 30. szerda	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló*	E	Karfiolleves (gluténmentes)	567,08	135,66	3,36	2,17	16,12	0,02	1,50	 	
			Debreceni tokány (gluténmentes)	1 267,18	303,15	25,21	6,67	5,86	0,35	1,02		
			Párolt rizs (gluténmentes)	1 798,58	430,28	8,00	1,11	77,50	0,00	1,19		
			Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,00	2,40	1,90	1,00		
			Összesen:	3 692,84	883,44	37,17	9,95	101,88	2,27	4,71		
2021. 07. 01. csütörtök	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló*	E	Köménymagleves (gluténmentes)	843,96	201,28	1,45	0,41	39,09	0,04	1,18		
			Vagdalt (gluténmentes)	1 788,03	427,51	14,89	7,83	23,01	0,05	0,83	 	
			Fehérbabfőzelék (gluténmentes)	1 697,08	406,00	19,30	2,79	55,92	0,06	1,20	 	
			Meggy	188,87	45,18	0,64	0,00	8,80	0,00	0,01		
			Összesen:	4 517,94	1 079,97	36,28	11,03	126,82	0,15	3,22		



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 07. 02. péntek	Szakiskola gluténmentes Komló* (00582)	E	Májgaluska leves (gluténmentes)	1 016,87	243,27	17,19	1,55	24,37	0,02	1,18		
			Mákos metélt (gluténmentes)	2 720,87	650,93	7,75	3,85	110,14	29,97	1,64		
			Összesen:	3 737,74	894,20	24,94	5,40	134,51	29,99	2,82		