



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.10.04. - 2021.10.10.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 10. 04. hétfő	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló*	E	Zöldséges reszelttészta leves (gluténmentes)	396,48	94,85	1,98	2,91	0,37	14,65	0,05	1,31	  	
			Csirkemell pörkölt (gluténmentes)	882,55	211,14	27,97	8,66	1,12	5,03	0,00	1,01		
			Felesborsófőzelék (gluténmentes)	1 406,58	336,50	16,47	5,83	0,72	53,62	0,08	1,00		
			Gluténmentes baguett	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		
			Összesen:	3 406,11	814,04	47,42		2,21	114,15	0,13	3,32		
2021. 10. 05. kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló*	E	BrokkolikréMLEVES (gluténmentes)	520,32	124,48	5,14	4,44	0,78	15,48	0,06	0,88	 	
			Mustáros sertésragu (gluténmentes)	1 230,06	294,27	24,73	18,48	5,71	6,72	0,38	1,22	  	
			Párolt rizs (gluténmentes)	1 798,58	430,28	8,00	9,58	1,11	77,50	0,00	1,19		
			Szőlő	269,63	64,50	0,48	0,24	0,00	14,48	0,00	0,00		
			Összesen:	3 818,59	913,53	38,35		7,60	114,18	0,44	3,29		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 10. 06. szerda (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló*	E	Rostos almalé (100%-os)	579,67	138,68	0,18	0,00	0,00	35,00	0,00	0,02		
			Majorannás csirkecomb	620,33	148,40	20,94	6,78	1,50	0,71	0,00	1,22		
			Hagymás törtburgonya	1 256,54	300,61	6,73	6,11	0,70	53,32	0,00	1,02		
			Céklasaláta	159,00	38,04	1,30	0,10	0,00	8,00	7,80	0,75		
			Összesen:	2 615,54	625,73	29,15		2,20	97,03	7,80	3,01		
2021. 10. 07. csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló*	E	Zöldséges karfiolleves (gluténmentes)	412,33	98,64	2,20	2,87	0,31	15,72	0,02	0,77		
			Bolognai spagetti (gluténmentes)	3 400,64	813,55	27,69	43,65	15,34	76,52	5,50	2,11		
			Körte	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Összesen:	3 929,30	940,02	30,21		15,65	97,84	5,52	2,89		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 10. 08. péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló*	E	Tejszínes-kapros raguleves (gluténmentes)	1 039,23	248,62	19,29	11,11	4,73	17,43	0,67	1,23	 	
		Kakaós csiga (gluténmentes)	2 602,33	622,57	6,63	15,55	1,89	110,65	36,06	0,51	 	
		Összesen:	3 641,56	871,19	25,92		6,62	128,08	36,73	1,74		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM