



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.10.25. - 2021.10.31.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 10. 25. hétfő	(00579) Szakiskola szünidei étk. Komló	E	Zellerleves	635,85	152,12	4,54	6,34	2,19	18,47	1,06	1,55		
			Mozzarellás csirkemell	1 204,12	288,07	37,13	13,94	6,27	3,06	0,22	1,47		
			Hagymás törtburgonya	1 204,16	288,08	5,94	7,90	0,90	47,07	0,00	0,82		
			Céklasaláta	159,00	38,04	1,30	0,10	0,00	8,00	7,80	0,75		
			Csokoládés müzliszelet	330,96	79,18	1,20	2,80	0,00	12,20	4,20	0,00		
			Összesen:	3 534,09	845,49	50,11		9,36	88,80	13,28	4,59		
2021. 10. 26. kedd	(00579) Szakiskola szünidei étk. Komló	E	Daragaluskaleves	655,20	156,75	3,03	8,12	0,97	17,56	0,09	0,92		
			Pulykapaprikás	1 268,54	303,48	22,31	20,37	5,83	7,33	0,00	1,36		
			Tészta köret	1 819,07	435,18	11,96	10,35	0,85	70,72	0,00	0,79		
			Összesen:	3 742,81	895,41	37,30		7,65	95,61	0,09	3,07		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 10. 27. szerda (00579) Szakiskola szüneti étk. Komló	E	Köménymagleves	445,82	106,65	1,89	5,45	1,57	11,29	0,20	1,18	  	
		Rakott kelkáposzta	2 188,95	523,67	26,71	32,26	10,33	30,98	0,00	1,90	 	
		Teljes kiőrl.kifli	503,69	120,50	3,70	1,80	0,85	21,00	1,30	0,60		
		Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
		Összesen:	3 489,48	834,80	33,34		12,75	82,63	1,50	3,72		
2021. 10. 28. csütörtök (00579) Szakiskola szüneti étk. Komló	E	Paradicsom leves	812,35	194,34	3,42	5,25	0,63	33,61	20,23	0,90	  	
		Halas zöldséges bulgur füstölt sajttal	2 390,68	532,42	38,63	14,37	4,72	77,71	0,57	3,21	        	
		Pöttyös Rudi natúr	431,38	103,20	2,85	5,64	4,59	11,79	11,46	0,33	   	
		Összesen:	3 634,41	829,96	44,90		9,94	123,11	32,26	4,44		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 10. 29. péntek (00579) Szakiskola szünidei étk. Komló	E	Becsinált leves	1 127,42	269,72	18,04	14,52	4,41	16,24	0,64	1,37	     	
		Aranygaluska	2 428,89	581,07	15,49	25,05	5,10	72,99	14,99	0,54	   	
		Vanília sodó	954,82	228,42	7,50	4,03	1,99	40,24	20,01	0,30		
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	4 627,46	1 107,04	41,35		11,50	135,07	35,64	2,22		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM