



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.11.01. - 2021.11.07.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 11. 02. kedd	(00545) Gimnázium Komló	E	Kertészleves	411,99	98,37	4,52	2,15	0,30	14,82	0,74	1,05		
			Milánói makaróni	3 680,44	880,49	39,60	43,38	15,28	81,66	7,75	2,34		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Összesen:	4 208,76	1 006,69	44,44	45,85	15,58	102,08	8,49	3,40		
2021. 11. 03. szerda	(00545) Gimnázium Komló	E	Tarhonyaleves	449,60	107,56	2,80	3,33	0,35	15,98	1,06	0,90		
			Sertéspörkölt	1 107,54	264,96	23,90	16,47	4,02	4,92	0,00	0,94		
			Tökfőzelék	1 205,98	288,51	7,08	13,60	3,16	33,91	0,00	1,08		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36		
			Összesen:	3 430,25	820,63	39,66	34,84	7,89	83,73	1,24	3,28		
2021. 11. 04. csütörtök	(00545) Gimnázium Komló	E	Zöldséges karalábéleves	539,88	128,96	4,11	3,43	0,45	19,88	1,16	0,92		
			Fokhagymás-tejfölös csirkecomb	874,46	209,20	24,13	11,16	3,80	2,70	0,18	1,25		
			Hagymás törtburgonya	1 256,54	300,61	6,73	6,11	0,70	53,32	0,00	1,02		
			Céklasaláta	127,20	30,43	1,04	0,08	0,00	6,40	6,24	0,60		
			Fehér kenyér	238,80	57,13	1,90	0,20	0,00	11,50	0,02	0,20		
			Összesen:	3 036,88	726,33	37,91	20,98	4,95	93,80	7,60	3,99		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 11. 05. péntek (00545) Gimnázium Komló	E	Lencsegulyás	1 450,58	346,89	25,59	10,60	2,32	36,64	0,38	1,40		
		Túrós bukta	2 935,74	702,33	23,03	20,42	4,37	105,94	32,57	0,71		
		Körte	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	4 502,65	1 077,05	48,94	31,34	6,69	148,18	32,95	2,12		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM