



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	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Tej	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33		
			Magvas margarin	391,25	93,60	0,46	10,00	2,80	0,32	0,02	0,14		
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
			Kukoricás kenyér	1 087,20	260,10	8,55	0,90	0,00	52,47	0,09	1,08		
		T	Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36		
			Snidlinges túró	30,95	7,40	0,71	0,41	0,22	0,20	0,00	0,03		
		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		
		U	Virágméz	273,50	65,43	0,08	0,00	0,00	16,20	16,20	0,00		
			Liga margarin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
			Vizes zsemle	695,20	166,32	5,61	0,66	0,00	33,16	0,11	0,60		
		V	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Liga margarin	265,61	63,54	0,02	7,00	1,90	0,04	0,00	0,10		
			Familia sonka szelet	233,50	55,60	6,00	3,00	1,25	1,20	0,20	0,00		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 11. 02.	(00541) Szakiskola ÉCVMK	V	Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
			Fehér kenyér	1 074,60	257,08	8,55	0,90	0,00	51,75	0,09	0,90		
			Összesen:	10 210,90	2 442,34	96,81	80,61	26,75	322,65	35,37	7,28		
		R	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Téliszalámis kockasajt	603,90	144,48	5,79	13,17	0,00	1,05	0,00	0,66		
			Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Fehér kenyér	1 074,60	257,08	8,55	0,90	0,00	51,75	0,09	0,90		
		T	Tejeskávé	629,63	150,63	6,90	3,00	1,63	23,77	12,03	0,27		
			Natúr vajkrém	246,40	58,95	1,80	6,00	3,60	0,64	0,64	0,16		
			Kifli	625,05	149,53	4,95	1,26	0,27	28,71	1,08	0,39		
2021. 11. 03. szerda	(00541) Szakiskola EGYMI 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		
		U	Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
			Csokoládés müzliszelet	661,92	158,36	2,40	5,60	0,00	24,40	8,40	0,00		
		V	Rostonhal	552,68	132,22	15,27	7,32	1,48	0,03	0,00	0,67		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 11. 04. csütörtök	2021. 11. 03. (00541) Szakiskola EGYMI Komló	V	Rizi-bizi	1 824,86	436,57	10,92	8,85	1,01	77,63	0,64	0,52		
			Vegyes vágott savanyúság	83,16	19,90	1,10	0,20	0,10	3,40	0,00	0,60		
			Összesen:	10 297,48	2 463,53	99,26	81,42	15,98	325,83	34,11	7,49		
	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Tej	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33		
			Kelt almás táska	826,01	197,61	5,32	3,36	1,26	35,42	4,69	0,35		
		T	Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Kenőmájas	429,20	102,68	4,00	8,92	4,32	0,68	0,00	0,60		
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	778,32	186,20	6,86	1,68	0,42	33,74	0,21	0,42		
		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		
		U	Gyümölcsös joghurt	358,23	85,70	3,25	2,25	1,50	16,62	15,25	0,00		
			Kifli	625,05	149,53	4,95	1,26	0,27	28,71	1,08	0,39		
		V	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 11. 04. csütörtök	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	V	Kapros túró	442,24	105,80	10,16	5,87	3,21	3,01	0,00	0,52		
			Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Fehér kenyér	1 074,60	257,08	8,55	0,90	0,00	51,75	0,09	0,90		
			Összesen:	8 734,03	2 089,28	97,58	52,25	19,62	300,54	38,91	7,78		
2021. 11. 05. péntek	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Tonhalas krém	672,00	160,77	3,10	16,35	1,75	0,85	0,25	0,70		
			Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Fehér kenyér	1 074,60	257,08	8,55	0,90	0,00	51,75	0,09	0,90		
		T	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Főtt bécsi rudacska	57,27	13,70	6,50	12,50	3,85	0,00	0,00	1,05		
			Ketchup	136,08	32,56	0,63	0,12	0,00	7,20	4,20	0,65		
			Teljes kiőrlésű kenyér	778,32	186,20	6,86	1,68	0,42	33,74	0,21	0,42		
		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		
		U	Sajtkrém	421,50	100,84	3,93	7,64	4,10	4,07	0,00	0,59		
			Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 11. 05	00541 (,	U	Vizes zsemle	695,20	166,32	5,61	0,66	0,00	33,16	0,11	0,60		
			Összesen:	8 752,54	2 093,78	85,80	71,51	16,81	301,15	57,79	7,04		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM