



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	(00540) Szakiskola Komló	R	Tej	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33		
			Virágméz	410,26	98,15	0,12	0,00	0,00	24,30	24,30	0,01		
			Liga margarin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
			Vizes zsemle	1 390,40	332,64	11,22	1,32	0,00	66,32	0,22	1,20		
		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		
		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		
			Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 111,88	266,00	9,80	2,40	0,60	48,20	0,30	0,60		
			Familia sonka szelet	233,50	55,60	6,00	3,00	1,25	1,20	0,20	0,00		
			Összesen:	8 461,27	2 023,78	80,91	66,94	22,32	266,25	43,50	5,70		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 11. 03. szerda (00540) Szakiskola Komló	R	Tejeskávé	785,91	188,02	8,62	3,75	2,04	29,65	15,04	0,34	 	
		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		
		Kifli	1 250,10	299,06	9,90	2,52	0,54	57,42	2,16	0,78	 	
	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		
	V	Rostonhal	552,68	132,22	15,27	7,32	1,48	0,03	0,00	0,67	       	
		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:	8 563,62	2 048,72	91,74	70,77	13,06	254,11	19,08	6,85		
2021. 11. 04. csütörtök (00540) Szakiskola Komló	R	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
		Liga margarin	132,80	31,77	0,01	3,50	0,95	0,02	0,00	0,05		
		Fehér kenyér	1 194,00	285,65	9,50	1,00	0,00	57,50	0,10	1,00		
		Párizsi felvágott	445,62	106,61	5,95	9,10	3,44	0,10	0,00	1,14		
		Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
	E	Zöldséges karalábéleves	539,88	128,96	4,11	3,43	0,45	19,88	1,16	0,92	       	



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 11. 04. csütörtök	(00540) Szakiskola Komló	E	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		
		V	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Kapros túró	442,24	105,80	10,16	5,87	3,21	3,01	0,00	0,52		
			Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 111,88	266,00	9,80	2,40	0,60	48,20	0,30	0,60		
			Összesen:	6 782,20	1 622,34	74,93	43,13	13,17	225,23	27,98	7,32		
2021. 11. 05. péntek	(00540) Szakiskola Komló	R	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Főtt bécsi rudacska	114,53	27,40	13,00	25,00	7,70	0,00	0,00	2,10		
			Ketchup	136,08	32,56	0,63	0,12	0,00	7,20	4,20	0,65		
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 111,88	266,00	9,80	2,40	0,60	48,20	0,30	0,60		
		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		
		V	Gyümölcsös joghurt	716,46	171,40	6,50	4,50	3,00	33,24	30,50	0,00		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 11. 05	(00540 ,	V	Kifli	625,05	149,53	4,95	1,26	0,27	28,71	1,08	0,39	 	
			Összesen:	7 387,90	1 767,30	84,22	64,70	18,26	275,69	79,02	5,86		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM