ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.01.17. - 2022.01.23.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 01. 17. hétfő	(00614) Felsős gombamentes Komló	**E**	Csontleves	308,11	73,71	3,01	1,52	0,03	11,79	0,65	1,28		
			Párolt csirkemell	679,26	162,50	24,70	6,60	0,89	0,81	0,18	0,98		
			Gyümölcsmártás, Pirított dara	1 930,08	461,74	8,20	13,21	3,12	76,04	17,99	1,07		
			Összesen:	2 917,45	697,95	35,91	21,33	4,04	88,64	18,82	3,33		
2022. 01. 18. kedd	(00614) Felsős gombamentes Komló	**E**	Rostos almalé (100%-os)	579,67	138,68	0,18	0,00	0,00	35,00	0,00	0,02		
			Sertésborda parasztosan	2 104,21	503,40	26,06	20,79	5,10	51,57	0,26	1,20		
			Fehér kenyér	238,80	57,13	1,90	0,20	0,00	11,50	0,02	0,20		
			Céklasaláta	127,20	30,43	1,04	0,08	0,00	6,40	6,24	0,60		
			Összesen:	3 049,88	729,64	29,18	21,07	5,10	104,47	6,52	2,02		

ISKOLA ÉTTEREM

ISKOLA ÉTTEREM

2022. 01. 19. szerda	(00614) Felsős gombamentes Komló	**E**	Tarhonyaleves	359,89	86,10	2,35	2,31	0,24	13,46	0,80	0,89	
			Aprópecsenye	824,52	197,25	19,33	11,97	3,13	2,84	0,26	0,78	
			Finomfőzelék	791,35	189,32	7,49	6,84	1,01	24,06	2,23	0,94	
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36	
			Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04	
			Összesen:	2 993,91	716,25	36,09	22,64	4,74	88,64	3,47	3,01	
2022. 01. 20. csütörtök	(00614) Felsős gombamentes Komló	**E**	Zöldséges zöldbableves	405,61	96,88	3,53	1,96	0,26	15,82	0,88	0,85	
			Csirkés carbonara	1 060,60	253,73	21,15	15,86	5,69	6,29	0,00	1,15	
			Spagetti	1 494,64	357,57	12,00	8,29	1,13	58,32	0,00	0,76	
			Összesen:	2 960,85	708,18	36,68	26,11	7,08	80,43	0,88	2,76	

ISKOLA ÉTTEREM

ISKOLA ÉTTEREM

2022. 01. 21. péntek	(00614) Felsős gombamentes Komló	**E**	Tárkonyos halgombócleves	848,96	203,10	12,72	9,29	2,65	16,31	0,14	0,99		
			Mákos nudli	3 129,07	748,58	19,43	19,47	3,03	123,35	24,98	0,99		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	4 123,44	986,47	32,55	29,16	5,68	146,66	25,12	1,99		

....
Üzletvezet Konyhaf nök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!

ISKOLA ÉTTEREM