



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.01.17. - 2022.01.23.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 01. 17. hétfő	(00589) Felső laktózmentes Komló	E	Csontleves	290,94	69,60	2,84	1,49	0,02	11,04	0,00	1,58		
			Spenót, Főtt burgonya (TEJMENTES)	1 398,97	334,68	9,85	8,59	0,89	53,47	2,00	0,79		
			Főtt tojás	514,50	123,09	8,25	7,35	2,25	0,53	0,30	0,27		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36		
			Összesen:	2 871,54	686,97	26,82	18,87	3,52	93,96	2,48	3,00		
2022. 01. 18. kedd	(00589) Felső laktózmentes Komló	E	Paradicsom leves	725,45	173,55	3,10	4,28	0,52	30,84	18,39	0,89		
			Sárgarépás rizs	1 480,89	354,28	6,70	7,72	0,90	64,03	0,00	1,05		
			Fokhagymás csirkemáj	768,56	183,87	18,48	9,86	2,05	5,08	0,00	0,94		
			Céklasaláta	127,20	30,43	1,04	0,08	0,00	6,40	6,24	0,60		
			Összesen:	3 102,10	742,13	29,32	21,94	3,47	106,35	24,63	3,48		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 01. 19. szerda (00589)	Felső laktózmentes Komló	E	Tarhonyaleves	339,17	81,14	2,16	2,29	0,23	12,55	0,00	0,89	 	
			Finomfőzelék (TEJMENTES)	755,33	180,70	6,03	6,52	0,71	24,18	2,69	0,89		
			Párolt sertésszelet	826,06	197,62	19,36	11,99	3,13	2,84	0,14	0,83	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36		
			Körte	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	2 733,10	653,85	33,83	22,64	4,43	75,49	3,01	2,98		
2022. 01. 20. csütörtök (00589)	Felső laktózmentes Komló	E	Rostos almalé (100%-os)	463,74	110,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01		
			Brassói aprópecsenye	1 805,41	431,92	25,34	15,13	4,46	47,25	0,31	1,34		
			Csemege uborka	48,00	11,48	0,48	0,08	0,00	1,92	1,52	0,80		
			Alpro növényi desszert vaniliás 100 g	355,30	85,00	3,20	1,90	0,40	13,60	10,70	0,14		
			Összesen:	2 672,45	639,34	29,16	17,11	4,86	90,77	12,53	2,29		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 01. 21. péntek (00589) Felső laktómentes Komló	E	Tárkonyos halgombóclevés (TEJMENTES)	709,69	169,78	11,95	6,52	1,10	15,04	0,00	0,99	   	
		Káposztás kocka	2 092,72	500,65	15,38	10,72	1,50	84,78	22,98	1,78	 	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	2 947,82	705,22	27,73	17,64	2,60	106,82	22,98	2,78		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM