



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.01.24. - 2022.01.30.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 01. 24. hétfő (00619) Szakiskola laktómentes Komló	E Daragaluskaleves	651,53	155,87	2,99	8,10	0,97	17,43	0,00	0,92		
	Chilis bab	2 649,03	633,74	42,87	21,21	4,44	67,05	0,07	1,04		
	Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36		
	Összesen:	3 967,69	949,21	51,74		5,77	113,40	0,25	2,32		
2022. 01. 25. kedd (00619) Szakiskola laktómentes Komló	E Tojásleves	351,85	84,17	2,98	5,12	0,81	6,44	0,00	1,03		
	Sonkás-parajos spagetti (tejmentes)	2 490,75	595,87	30,67	17,62	4,94	77,01	3,82	0,83		
	Szőlő	404,44	96,76	0,72	0,36	0,00	21,72	0,00	0,01		
	Összesen:	3 247,04	776,80	34,37		5,75	105,17	3,82	1,87		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 01. 26. szerda (00619) Szakiskola laktómentes Komló												
E	Olasz zöldségleves	347,39	82,95	2,70	2,33	0,32	12,53	0,68	1,10			
	Vagdalt szelet	1 367,49	327,15	16,18	21,95	6,88	12,51	0,03	1,07			
	Magyaros burgonyafőzelék	1 128,19	269,90	6,37	5,22	0,58	48,30	0,00	1,20			
	Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36			
	Összesen:	3 510,20	839,60	31,13		8,14	102,26	0,89	3,73			
2022. 01. 27. csütörtök (00619) Szakiskola laktómentes Komló												
E	Zöldséges karalábéleves	512,26	122,36	3,85	3,40	0,44	18,66	0,10	0,92			
	Majorannás csirkecomb	700,80	167,66	20,94	8,93	1,73	0,69	0,00	0,93			
	Gombás rizs	1 699,78	406,65	10,15	8,72	1,02	71,40	0,00	0,80			
	Vegyes vágott savanyúság	83,16	19,90	1,10	0,20	0,10	3,40	0,00	0,60			
	Körte	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
	Összesen:	3 141,41	751,36	36,44		3,29	101,15	0,10	3,26			



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 01. 28. péntek (00619) Szakiskola laktózántes Komló	E	Felesborsógulyás	1 303,74	311,76	23,57	7,74	1,51	36,45	0,38	1,20		
		Almás pite (TEJMENTES)	2 900,41	693,88	11,10	22,14	9,81	112,63	31,48	1,41		
		Körte	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	4 320,48	1 033,47	34,99		11,32	154,68	31,86	2,62		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!