



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.01.31. - 2022.02.06.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 01. 31. hétfő	(00618)	E	Zöldségleves (tojásmentes)	226,34	54,15	0,91	1,54	0,17	9,01	0,00	1,07		
			Kelkáposztafőzelék	687,11	164,38	6,18	4,27	0,47	24,85	0,00	0,69		
			Sertéspörkölt	808,42	193,40	17,35	12,14	2,95	3,43	0,00	0,77		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,30		
			Összesen:	2 277,81	544,93	29,34	19,15	3,89	61,39	0,15	2,83		
2022. 02. 01. kedd	(00618)	E	Lebbencsleves (tojásmentes)	483,83	115,75	1,96	4,24	1,06	17,08	0,00	0,88		
			Bechameles csirkeragu (tejmentes)	616,07	147,39	20,39	4,73	0,64	5,65	0,50	0,74		
			Mexikói rizs	1 348,10	322,51	6,79	6,80	0,78	58,00	0,00	0,99		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Összesen:	2 564,33	613,48	29,46	16,09	2,48	86,33	0,50	2,62		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 02. 02. szerda (00618) Alsós tej-tojás-szójamentes Komló	E	Zöldborsóleves (tojásmentes)	383,15	91,66	3,47	1,70	0,17	15,37	0,00	1,05		
		Tészta köret (tojásmentes)	1 071,24	256,28	1,12	5,13	0,53	51,10	0,00	0,69		
		Halfilé bakonyi módra (tejmentes)	709,09	169,64	14,67	9,53	2,07	5,35	0,00	0,87	 	
		Fehér kenyér	238,80	57,13	1,90	0,20	0,00	11,50	0,02	0,20		
		Összesen:	2 402,28	574,71	21,16	16,56	2,77	83,32	0,02	2,81		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 02. 03. csütörtök (00618) Alsós tej-tojás-szójamentes Komló	E	Zöldséges zellerleves (tojásmentes)	264,56	63,29	1,32	1,34	0,14	11,17	0,00	0,89	 	
		Sertésborda parasztosan	1 815,50	434,33	23,02	17,31	4,31	45,36	0,17	0,90		
		Céklasaláta	111,30	26,63	0,91	0,07	0,00	5,60	5,46	0,53		
		Fehér kenyér	238,80	57,13	1,90	0,20	0,00	11,50	0,02	0,20		
		Összesen:	2 430,16	581,38	27,15	18,92	4,45	73,63	5,65	2,52		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 02. 04. péntek (00618) Alsós tej-tojás-szójamentes Komló	E	Húsgombóclevés (tojásmentes)	811,00	194,02	9,91	11,61	3,63	12,12	0,00	1,11		
		Fánk (tej-tojásmentes)	1 102,13	263,67	6,50	7,79	0,81	41,78	2,49	0,11		
		Sárgabarack lekvár	163,80	39,19	0,06	0,00	0,00	9,42	0,00	0,00		
		Porcukor	83,92	20,08	0,00	0,00	0,00	5,00	5,00	0,00		
		Körte	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	2 277,18	544,79	16,79	19,72	4,44	73,92	7,49	1,23		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM