



# 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	(00537) Felsős tejtmentes Komló	E Zöldséges reszelttészta leves	343,88	82,27	2,51	1,89	0,24	13,60	0,00	1,29		
		Kelkáposztafőzelék	812,69	194,42	7,09	5,29	0,58	29,06	0,00	0,90		
		Sertéspörkölt	923,98	221,05	19,56	13,90	3,34	4,12	0,00	0,89		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,30		
		Összesen:	2 636,49	630,74	34,06	22,28	4,46	70,88	0,15	3,38		
2022. 02. 01. kedd	(00537) Felsős tejtmentes Komló	E Lebbencsleves	614,25	146,95	3,49	5,33	1,30	20,81	0,00	1,14		
		Bechameles csirkeragu (tejtmentes)	757,78	181,29	22,99	6,76	0,89	6,94	0,66	0,96		
		Mexikói rizs	1 557,66	372,65	7,98	7,79	0,89	67,00	0,00	0,80		
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	3 046,02	728,72	34,78	20,20	3,08	100,35	0,66	2,91		
2022. 02. 02. szerda	(00537) Felsős tejtmentes Komló	E Zöldborsóleves	489,84	117,03	5,11	2,45	0,30	18,19	0,08	1,17		
		Halfilé bakonyi módra (tejtmentes)	842,84	201,64	16,76	11,46	2,45	6,77	0,00	1,11		
		Tészta köret	1 441,22	344,79	9,57	7,90	0,63	56,58	0,00	0,59		
		Fehér kenyér	238,80	57,13	1,90	0,20	0,00	11,50	0,02	0,20		
		Összesen:	3 012,70	720,59	33,34	22,01	3,38	93,04	0,10	3,07		



# ISKOLA ÉTTEREM



# ISKOLA ÉTTEREM

2022. 02. 03. csütörtök (00537) Felső tejmentes Komló													
E	Zöldséges zellerleves	356,16	85,05	2,73	1,91	0,25	13,69	0,08	0,92				
	Sertésborda parasztosan	2 102,13	502,90	26,02	20,78	5,09	51,53	0,26	0,95				
	Céklasaláta	127,20	30,43	1,04	0,08	0,00	6,40	6,24	0,60				
	Vizes zsemle	695,20	166,32	5,61	0,66	0,00	33,16	0,11	0,60				
	Összesen:	3 280,69	784,70	35,40	23,43	5,34	104,78	6,69	3,07				
2022. 02. 04. péntek (00537) Felső tejmentes Komló													
E	Húsgombóclevés (tejmentes)	1 041,56	249,18	12,74	15,40	4,70	14,46	0,00	1,36				
	Fánk (TEJMENTES)	2 063,17	493,58	13,00	11,40	1,14	84,56	5,99	0,21				
	Sárgabarack lekvár	218,40	52,25	0,08	0,00	0,00	12,56	0,00	0,00				
	Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00				
	Körte	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01				
	Összesen:	3 607,29	862,99	26,14	27,12	5,84	127,17	15,98	1,58				

.....  
Üzletvezet

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



# ISKOLA ÉTTEREM