



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.02.07. - 2022.02.13.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 02. 07. hétfő	(00564) Felsősgagarin Komló	E	Csontleves	308,11	73,71	3,01	1,52	0,03	11,79	0,65	1,28		
			Par.húsgombóc árpagyönggyel f.burgonyával	2 109,19	504,59	17,44	19,97	5,78	63,02	20,35	1,64		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,30		
			Összesen:	2 973,24	711,30	25,35	22,69	6,11	98,91	21,15	3,22		
2022. 02. 08. kedd	(00564) Felsősgagarin Komló	E	Karfiolleves	514,36	123,05	4,43	5,26	1,84	14,27	0,80	1,41		
			Pírtott sertésmáj	783,31	187,39	18,29	9,52	2,86	6,89	0,00	0,97		
			Párolt rizs	1 452,67	347,53	6,53	7,68	0,89	62,61	0,53	1,00		
			Csemege uborka	48,00	11,48	0,48	0,08	0,00	1,92	1,52	0,80		
			Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
			Összesen:	3 149,36	753,43	30,77	22,62	5,59	105,05	2,85	4,22		
2022. 02. 09. szerda	(00564) Felsősgagarin Komló	E	Zöldségleves snidlinges galuskával	324,17	77,55	2,44	2,35	0,32	11,45	0,14	0,90		
			Sertéssült	983,69	235,33	21,91	13,78	3,52	5,64	0,00	1,05		
			Lencsefőzelék	1 558,23	372,78	20,89	10,14	2,20	48,99	0,23	0,61		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,30		
			Összesen:	3 422,03	818,66	50,14	27,47	6,34	90,18	0,52	2,86		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 02. 10. csütörtök	(00564) Felsősgagarin Komló	E	Gyümölcsleves	689,68	165,00	3,58	0,99	0,42	34,39	16,98	0,47	 	
			Csirkepaprikás	970,98	232,29	20,27	14,04	3,47	5,91	0,00	1,21	 	
			Penne tészta	1 371,54	328,12	10,00	6,77	0,71	58,40	0,00	0,67		
			Összesen:	3 032,20	725,41	33,85	21,80	4,60	98,70	16,98	2,35		
2022. 02. 11. péntek	(00564) Felsősgagarin Komló	E	Korhelyleves sertéshússal lestyánnal	833,35	199,37	13,38	11,28	4,01	10,81	0,27	1,50	      	
			Alma	174,50	41,75	0,48	0,48	0,00	8,40	0,00	0,01		
			Tejberizs kakaós szórattal	2 231,29	533,58	12,80	5,31	2,38	107,14	49,23	0,76	 	
			Összesen:	3 239,14	774,70	26,66	17,07	6,39	126,35	49,50	2,27		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM