



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.02.14. - 2022.02.20.

	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. 14. hétfő	(00545) Gimnázium Komló	E Köménymaglevés	445,82	106,65	1,89	5,45	1,57	11,29	0,20	1,18		
		Pulykasült	788,67	188,68	24,64	9,91	2,25	0,17	0,00	1,22		
		Fejtett babfőzelék	1 881,93	450,22	22,30	10,74	2,72	65,55	0,00	0,80		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36		
		Mandarin	156,78	37,51	0,56	0,24	0,00	7,84	0,00	0,00		
		Összesen:	3 940,33	942,66	55,27	27,78	6,90	113,77	0,38	3,56		
2022. 02. 15. kedd	(00545) Gimnázium Komló	E Csontleves cérnametéllel	370,52	88,64	3,70	2,03	0,03	13,68	0,81	1,69		
		Flekkén szelet	1 067,36	255,35	23,53	15,36	3,87	5,46	0,20	1,26		
		Rizi-bizi	1 824,86	436,57	10,92	8,85	1,01	77,63	0,64	0,52		
		Céklasaláta	159,00	38,04	1,30	0,10	0,00	8,00	7,80	0,75		
				Összesen:	3 421,74	818,60	39,45	26,34	4,91	104,77	9,45	4,22
2022. 02. 16. szerda	(00545) Gimnázium Komló	E Gombaleves	515,05	123,22	5,86	3,38	0,41	17,02	1,06	1,07		
		Szezámos rántott hal	2 085,02	498,81	28,38	29,38	4,42	14,19	0,00	1,07		
		Petrezselymes burgonya	1 021,29	244,33	6,36	1,44	0,17	50,25	0,00	0,82		
		Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,10	0,00	2,40	1,90	1,00		
				Összesen:	3 681,36	880,71	41,20	34,30	5,00	83,86	2,96	3,96



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 02. 17. csütörtök											
(00545) Gimnázium Komló											
E	Brokkolikrémleves	608,18	145,50	6,12	5,75	0,95	17,06	1,06	0,88		
	Bolognai spagetti	2 873,47	687,43	38,81	26,20	9,35	72,95	6,90	2,02		
	Összesen:	3 481,65	832,93	44,93	31,95	10,30	90,01	7,96	2,90		
2022. 02. 18. péntek											
(00545) Gimnázium Komló											
E	Palócleves	1 309,62	313,31	18,06	14,25	4,25	27,38	1,06	1,62		
	Fánk	2 392,16	572,29	15,97	16,65	2,98	89,32	10,39	0,37		
	Sárgabarack dzsem	186,85	44,70	0,13	0,01	0,00	10,98	9,87	0,00		
	Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
	Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
	Összesen:	4 172,79	998,28	34,48	31,23	7,23	143,27	31,31	2,00		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM