



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.02.14. - 2022.02.20.

	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. 02. 14. hétfő	(00619)	E	Köménymaglevés	830,92	198,13	1,89	3,65	0,37	38,97	0,00	1,18		
			Grill csirkecomb	754,81	180,58	23,01	9,44	1,86	0,68	0,00	0,85		
			Színesfőzelék (TEJMENTES)	1 308,22	312,97	8,55	15,63	1,09	33,50	3,65	1,09		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36		
			Összesen:	3 561,08	851,28	39,33	30,16	3,68	102,07	3,83	3,48		
2022. 02. 15. kedd	(00619)	E	Rántott hal (tejmentes)	1 517,97	363,15	20,47	17,37	2,72	13,42	0,83	1,07		
			Petrezselymes burgonya	1 021,29	244,33	6,36	1,44	0,17	50,25	0,00	0,82		
			Almalé	386,00	91,90	0,10	0,10	0,00	22,60	11,00	0,00		
			Céklasaláta	159,00	38,04	1,30	0,10	0,00	8,00	7,80	0,75		
			Összesen:	3 084,26	737,42	28,23	19,01	2,89	94,27	19,63	2,64		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 02. 16. szerda (00619) Szakiskola laktózsmentes Komló	E	Csontleves	349,00	83,49	3,50	2,00	0,02	12,74	0,00	1,69	  	
		Főtt hús	798,84	191,11	25,20	9,72	3,46	0,48	0,00	1,24		
		Gyümölcsmártás, Pirított dara	2 091,31	500,31	8,05	10,86	1,12	90,91	19,64	1,21		
		Összesen:	3 239,15	774,91	36,75	22,58	4,60	104,13	19,64	4,14		
2022. 02. 17. csütörtök (00619) Szakiskola laktózsmentes Komló	E	Brokkolikrémleves (TEJMENTES)	557,72	133,43	4,20	5,36	0,57	16,99	1,32	0,82		
		Bolognai spagetti	3 194,48	764,23	29,96	34,76	8,81	82,04	4,65	1,58	 	
		Összesen:	3 752,20	897,66	34,16	40,12	9,38	99,03	5,97	2,40		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 02. 18. péntek (00619) Szakiskola laktóementes Komló	E	Palócleves (TEJMENTES)	1 121,87	268,39	16,96	10,92	2,39	24,89	0,00	1,62		
		Fahéjas csiga (tejmentes)	2 696,85	645,18	13,50	10,62	1,10	123,61	40,61	0,52	 	
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	3 935,05	941,40	30,78	21,86	3,49	154,10	40,61	2,15		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM