



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	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Köménymaglevés	721,14	171,95	1,62	3,13	0,32	33,92	0,00	0,98		
			Grill csirkecomb	754,81	180,58	23,01	9,44	1,86	0,68	0,00	0,85		
			Színesfőzelék (tejmentes)	1 010,82	241,82	6,79	11,76	0,77	26,37	3,49	1,09		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,30		
			Összesen:	3 042,71	727,35	36,32	25,53	3,25	85,07	3,64	3,22		
2022. 02. 15. kedd	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Rántott hal (tejmentes)	1 292,29	309,16	17,97	15,07	2,37	11,04	0,66	0,98		
			Petrezselymes burgonya	934,11	223,47	5,83	1,21	0,14	46,18	0,00	0,81		
			Almalé	386,00	91,90	0,10	0,10	0,00	22,60	11,00	0,00		
			Céklasaláta	127,20	30,43	1,04	0,08	0,00	6,40	6,24	0,60		
			Összesen:	2 739,60	654,96	24,94	16,46	2,51	86,22	17,90	2,39		
2022. 02. 16. szerda	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Csontleves	290,94	69,60	2,84	1,49	0,02	11,04	0,00	1,58		
			Gyümölcs mártás, Pirított dara	1 747,64	418,09	6,52	8,66	0,90	77,17	19,31	1,01		
			Főtt hús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	1,00		
			Összesen:	2 704,28	646,95	30,36	18,25	3,81	88,61	19,31	3,59		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 02. 17. csütörtök (00537)	Felső tejmentes Komló	E	BrokkolikréMLEVES (TEJMENTES)	411,90	98,54	3,54	3,35	0,35	13,47	0,99	0,81		
			Húsos tészta (TEJMENTES)	2 345,93	561,23	23,07	23,66	6,35	63,39	2,42	1,00		
			Összesen:	2 757,83	659,77	26,61	27,01	6,70	76,86	3,41	1,81		
2022. 02. 18. péntek (00537)	Felső tejmentes Komló	E	Palócleves (TEJMENTES)	911,04	217,95	13,87	9,07	1,99	19,67	0,00	1,40		
			Fahéjas csiga (tejmentes)	2 653,54	634,82	13,61	11,64	1,23	118,62	35,62	0,52		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Összesen:	3 680,91	880,60	27,80	21,03	3,22	143,89	35,62	1,93		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM