



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.02.21. - 2022.02.27.

	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. 21. hétfő	(00572) Felső F. szilvás Komló	E	Tojásleves	284,58	68,08	2,26	4,14	0,63	5,36	0,00	0,82	 	
			Aprópecsenye	824,52	197,25	19,33	11,97	3,13	2,84	0,26	0,78		
			Zöldborsófőzelék	1 067,05	255,28	13,42	6,93	0,96	34,17	1,70	0,87	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36		
			Összesen:	2 843,28	680,21	40,89	24,48	5,08	71,29	2,14	2,83		
2022. 02. 22. kedd	(00572) Felső F. szilvás Komló	E	Paradicsom leves	725,45	173,55	3,10	4,28	0,52	30,84	18,39	0,89	  	
			Rozmaringos csirkecomb	627,93	150,22	20,94	6,81	1,51	1,02	0,18	0,93	  	
			Zöldséges bulgur	1 401,74	307,12	10,98	6,69	0,82	61,80	0,00	1,87		
			Vegyes vágott savanyúság	66,53	15,92	0,88	0,16	0,08	2,72	0,00	0,48		
			Összesen:	2 821,65	646,81	35,90	17,94	2,93	96,38	18,57	4,17		
2022. 02. 23. szerda	(00572) Felső F. szilvás Komló	E	Daragaluskaleves	517,58	123,82	2,47	6,11	0,73	14,46	0,08	0,90	    	
			Párolt sertésszelet	825,84	197,57	19,36	11,99	3,13	2,84	0,14	0,83	 	
			Serpenyős burgonya	1 106,38	264,68	6,35	4,29	0,48	48,97	0,00	0,63		
			Csemege uborka	48,00	11,48	0,48	0,08	0,00	1,92	1,52	0,80		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,30		
			Összesen:	3 053,74	730,55	33,56	23,67	4,64	92,29	1,89	3,46		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 02. 24. csütörtök (00572) Felső F. szilvás Komló	E	Karalábéleves	549,73	131,36	4,22	5,14	1,86	16,62	0,88	0,69		
		Fűszeres csirkemell	639,06	152,89	22,35	6,51	0,86	1,05	0,00	0,96		
		Párolt rizs	1 452,67	347,53	6,53	7,68	0,89	62,61	0,53	1,00		
		Párolt vegyes zöldség	317,69	8,26	4,38	0,79	0,08	12,50	0,64	3,30		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	3 104,56	674,83	37,88	20,52	3,69	99,78	2,05	5,96		
2022. 02. 25. péntek (00572) Felső F. szilvás Komló	E	Babgulyás	1 249,52	298,81	19,34	11,15	2,28	29,71	0,33	1,36		
		Sajtos tészta	2 081,15	497,88	21,71	18,32	9,13	60,95	0,00	1,80		
		Körte	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	3 447,00	824,52	41,37	29,79	11,41	96,26	0,33	3,17		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM