



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.02.28. - 2022.03.06.

	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. 28. hétfő	(00545) Gimnázium Komló	E	Kertészleves	411,99	98,37	4,52	2,15	0,30	14,82	0,74	1,05		
			Budapest csirkemell	1 486,54	355,63	34,82	15,86	2,79	17,87	0,00	1,52		
			Párolt rizs	1 815,15	434,25	8,16	9,60	1,12	78,23	0,64	1,19		
			Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
			Összesen:	4 064,70	972,23	48,54	27,69	4,21	130,28	1,38	3,80		
2022. 03. 01. kedd	(00545) Gimnázium Komló	E	Tarhonyaleves	449,60	107,56	2,80	3,33	0,35	15,98	1,06	0,90		
			Vagdalt	1 641,08	392,60	16,93	26,82	7,55	12,19	0,05	1,11		
			Tököfőzelék	1 205,98	288,51	7,08	13,60	3,16	33,91	0,00	1,08		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36		
			Összesen:	3 963,79	948,27	32,69	45,19	11,42	91,00	1,29	3,45		
2022. 03. 02. szerda	(00545) Gimnázium Komló	E	Zellerkrémleves	631,35	151,04	4,59	5,83	0,94	19,32	0,80	1,01		
			Afrikai harcsapörkölt	752,45	180,01	18,18	9,72	0,85	4,70	0,00	1,00		
			Ecetes almapaprika	92,97	22,24	1,12	0,28	0,00	3,79	1,00	0,60		
			Tészta köret	1 819,07	435,18	11,96	10,35	0,85	70,72	0,00	0,79		
			Összesen:	3 295,84	788,47	35,85	26,18	2,64	98,53	1,80	3,40		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 03. 03. csütörtök (00545) Gimnázium Komló	E	Meggy leves	799,21	191,20	4,49	1,55	0,57	38,51	17,98	0,60	 	
		Sertésborda parasztosan	2 329,07	557,19	29,18	22,06	5,54	58,90	0,34	1,33	 	
		Céklasaláta	159,00	38,04	1,30	0,10	0,00	8,00	7,80	0,75		
		Összesen:	3 287,28	786,43	34,97	23,71	6,11	105,41	26,12	2,68		
2022. 03. 04. péntek (00545) Gimnázium Komló	E	Pulykaraguleves	857,03	205,03	17,48	7,68	1,48	16,15	0,17	1,41	       	
		Mákos nudli	3 628,46	868,05	22,40	23,03	3,64	142,14	29,97	1,49	 	
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	4 601,82	1 100,91	40,20	31,03	5,12	163,89	30,14	2,91		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM