



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.02.28. - 2022.03.06.

	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. 28. hétfő	(00619) Szakiskola laktózmentes Komló	E	Kertészleves	395,42	94,40	4,36	2,13	0,29	14,09	0,10	1,05		
			Mustáros kakukkfűves sertéskaraj	1 046,36	250,32	22,23	15,01	3,65	6,28	0,44	1,37		
			Tört burgonya	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	0,62		
			Körte	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Vizes zsemle	695,20	166,32	5,61	0,66	0,00	33,16	0,11	0,60		
			Összesen:	3 233,18	773,29	38,77	18,62	4,00	109,13	0,65	3,65		
2022. 03. 01. kedd	(00619) Szakiskola laktózmentes Komló	E	Tarhonyaleves	421,98	100,95	2,54	3,30	0,34	14,76	0,00	0,90		
			Sült csirkecombfilé (tejmentes)	852,55	203,96	23,24	11,32	2,08	2,06	0,26	1,05		
			Finomfőzelék (TEJMENTES)	900,67	215,47	7,20	7,67	0,83	29,06	3,32	0,91		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36		
			Összesen:	2 842,33	679,98	38,86	23,73	3,61	74,80	3,76	3,22		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 03. 02. szerda (00619)	Szakiskola laktózmentes Komló	E	Zellerkrémleves (TEJMENTES)	587,79	140,62	2,74	5,45	0,57	19,55	1,32	0,95	 	
			Halpökrölt (TEJMENTES)	793,75	189,89	16,27	10,74	1,84	5,85	0,00	0,66	 	
			Tészta köret	1 819,07	435,18	11,96	10,35	0,85	70,72	0,00	0,79	 	
			Uborka saláta	158,61	37,95	1,48	0,14	0,00	7,65	5,00	0,83		
			Összesen:	3 359,22	803,64	32,45	26,68	3,26	103,77	6,32	3,23		
2022. 03. 03. csütörtök (00619)	Szakiskola laktózmentes Komló	E	Rostos almalé (100%-os)	579,67	138,68	0,18	0,00	0,00	35,00	0,00	0,02		
			Tavaszi rizseshús	2 522,32	603,43	30,99	17,86	4,00	78,83	0,00	2,17		
			Céklasaláta	159,00	38,04	1,30	0,10	0,00	8,00	7,80	0,75		
			Összesen:	3 260,99	780,15	32,47	17,96	4,00	121,83	7,80	2,94		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 03. 04. péntek (00619) Szakiskola laktóementes Komló	E	Pulykaraguleves	850,15	203,38	17,39	7,65	1,47	15,90	0,00	1,41	  	
		Meggyes pite (TEJMENTES)	2 715,61	649,67	11,20	19,62	8,40	104,06	31,45	0,86		
		Összesen:	3 565,76	853,05	28,59	27,27	9,87	119,96	31,45	2,27		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM