



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	(00576) Felső laktózm.-fruktózs. Komló	E Kertészleves	299,05	71,39	3,21	1,48	0,21	11,01	0,08	0,85		
		Mustáros kakukkfűves sertéskaraj (fruktózszegény)	900,74	215,49	19,70	12,95	3,24	4,81	0,14	0,92		
		Tört burgonya	881,88	210,98	5,63	0,45	0,06	45,00	0,00	0,61		
		Vizes zsemle	695,20	166,32	5,61	0,66	0,00	33,16	0,11	0,60		
		Összesen:	2 776,87	664,18	34,15	15,54	3,51	93,98	0,33	2,98		
2022. 03. 01. kedd	(00576) Felső laktózm.-fruktózs. Komló	E Finomfőzelék (tejment-fruktózszegény)	752,67	180,07	6,03	6,52	0,71	24,01	1,14	0,89		
		Tarhonyaleves	339,17	81,14	2,16	2,29	0,23	12,55	0,00	0,89		
		Sült csirkecombfilé (tejmentes)	696,13	166,54	18,98	9,34	1,71	1,46	0,17	1,00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,36		
		Összesen:	2 455,10	587,35	33,05	19,59	3,01	66,94	1,49	3,14		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 03. 02. szerda (00576) Felső laktózm.-fruktózs. Komló												
E	Zellerkrémleves (TEJMENTES)	436,92	104,53	2,26	3,43	0,35	15,65	0,99	0,93	 		
	Halpörkölt (TEJMENTES)	687,66	164,51	14,55	9,19	1,60	4,85	0,00	0,43	 		
	Tészta köret	1 441,22	344,79	9,57	7,90	0,63	56,58	0,00	0,59	 		
	Uborka saláta (szőlőcukorral)	112,29	26,86	1,01	0,10	0,00	5,43	0,00	0,62			
	Összesen:	2 678,09	640,69	27,39	20,62	2,58	82,51	0,99	2,57			
2022. 03. 03. csütörtök (00576) Felső laktózm.-fruktózs. Komló												
E	Zöldségleves	301,47	71,99	1,99	2,23	0,30	10,66	0,07	1,09	  		
	Tavaszi rizseshús	2 120,88	507,39	25,24	14,30	3,21	68,74	0,00	1,81			
	Káposzta saláta (szőlőcukorral)	172,28	41,22	1,33	0,19	0,02	8,27	0,00	0,81			
	Összesen:	2 594,63	620,60	28,56	16,72	3,53	87,67	0,07	3,71			





ISKOLA ÉTTEREM

2022. 03. 04. péntek (00576) Felsősz laktózm.-fruktózs. Komló	E	Pulykaraguleves	644,65	154,22	14,19	5,30	1,11	12,19	0,00	1,17		
		Meggyes pite (TEJMENTES)	2 715,61	649,67	11,20	19,62	8,40	104,06	31,45	0,86		
		Összesen:	3 360,26	803,89	25,39	24,92	9,51	116,25	31,45	2,03		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM