



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.06.06. - 2022.06.12.

	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. 06. 07. kedd	(00576) Felső laktózm.-fruktózs. Komló	E	Köménymaglevés	721,14	171,95	1,62	3,13	0,32	33,92	0,00	0,98		
			Borsos tokány	1 055,85	252,60	20,14	17,10	5,06	4,19	0,13	0,94		
			Tészta köret	1 441,22	344,79	9,57	7,90	0,63	56,58	0,00	0,59	 	
			Káposzta saláta (szőlőcukorral)	172,28	41,22	1,33	0,19	0,02	8,27	0,00	0,81		
			Összesen:	3 390,49	810,56	32,66	28,32	6,03	102,96	0,13	3,32		
2022. 06. 08. szerda	(00576) Felső laktózm.-fruktózs. Komló	E	Fokhagymakrém leves (tejmentes)	422,35	101,04	1,91	3,45	0,37	15,53	1,65	0,99		
			Halfilé bakonyi módra (tejmentes)	840,58	201,10	16,71	11,42	2,44	6,73	0,22	1,20	 	
			Bulgur	1 355,30	324,23	9,83	6,63	0,82	60,70	0,00	0,82		
			Natúr joghurt laktózsmentes	388,74	93,00	5,10	5,40	0,00	6,00	0,00	0,00		
			Összesen:	3 006,97	719,37	33,55	26,90	3,63	88,96	1,87	3,01		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 06. 09. csütörtök (00576)	Felső laktózm.-fruktózs. Komló	E	Zöldséges reszeltészta leves	343,88	82,27	2,51	1,89	0,24	13,60	0,00	1,29	  	
			Sertéssült (tejmentes)	978,43	234,07	21,85	13,75	3,52	5,44	0,11	0,75		
			Magyaros zöldbabfőzelék	764,54	182,90	6,07	7,19	0,74	23,02	0,00	0,79		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			Natúr kókuszgurt	421,34	100,80	0,72	7,32	6,84	7,20	0,72	0,08		
			Összesen:	3 175,32	759,64	37,03	31,59	11,70	78,18	1,01	3,45		
2022. 06. 10. péntek (00576)	Felső laktózm.-fruktózs. Komló	E	Gulyásleves	888,31	212,39	13,53	8,11	1,93	20,65	0,44	1,21	  	
			Gyümölcslepeny (TEJMENTES)	2 853,46	682,65	13,79	20,52	2,17	109,80	22,63	0,81		
			Összesen:	3 741,77	895,04	27,32	28,63	4,10	130,45	23,07	2,02		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM