



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.06.27. - 2022.07.03.

	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. 27. hétfő	(00576) Felső laktózm.-fruktózs. Komló	E	Csontleves	290,94	69,60	2,84	1,49	0,02	11,04	0,00	1,58	  	
			Sertésborda parasztosan	2 101,91	502,85	26,02	20,78	5,09	51,53	0,26	0,95		
			Káposzta saláta (szőlőcukorral)	172,28	41,22	1,33	0,19	0,02	8,27	0,00	0,81		
			Natúr joghurt laktózmentes	388,74	93,00	5,10	5,40	0,00	6,00	0,00	0,00		
			Összesen:	2 953,87	706,67	35,29	27,86	5,13	76,84	0,26	3,34		
2022. 06. 28. kedd	(00576) Felső laktózm.-fruktózs. Komló	E	Zöldborsóleves	489,84	117,03	5,11	2,45	0,30	18,19	0,08	1,17	 	
			Baconos csirkés penne (tejmentes)	1 927,55	461,14	29,66	10,17	2,32	64,20	0,59	1,17		
			Natúr kókuszgurt	421,34	100,80	0,72	7,32	6,84	7,20	0,72	0,08		
			Összesen:	2 838,73	678,97	35,49	19,94	9,46	89,59	1,39	2,42		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 06. 29. szerda (00576) Felső laktózm.-fruktózs. Komló	E	Zöldséges karfiolleves	357,92	85,63	3,08	2,40	0,29	12,77	0,00	0,77	 	
		Debreceni tokány (TEJMENTES)	1 140,50	272,85	22,84	17,92	6,13	4,90	0,36	1,00	 	
		Párolt rizs	1 438,86	344,23	6,40	7,67	0,89	62,00	0,00	1,00		
		Uborka saláta (szőlőcukorral)	112,29	26,86	1,01	0,10	0,00	5,43	0,00	0,62		
		Összesen:	3 049,57	729,57	33,33	28,09	7,31	85,10	0,36	3,39		
2022. 06. 30. csütörtök (00576) Felső laktózm.-fruktózs. Komló	E	Köménymagleves	721,14	171,95	1,62	3,13	0,32	33,92	0,00	0,98		
		Vagdalt	1 347,95	322,48	13,37	22,82	6,12	15,18	0,19	1,06	 	
		Fehérbabfőzelék	1 340,86	320,78	17,06	6,46	0,75	48,23	0,00	1,20		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45		
		Összesen:	3 965,89	948,21	36,95	33,61	7,49	121,43	0,34	3,69		



ISKOLA ÉTTEREM



..... Konyhaf nők

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!

