



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.07.04. - 2022.07.10.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 07. 04. hétfő	(00578) Felsőszűnidei étk. Komló	E	Lebbencsleves	630,28	150,79	3,64	5,34	1,31	21,54	0,69	1,25		
			Fokhagymás csirkecomb	684,27	163,70	23,07	7,33	1,64	1,04	0,29	1,05		
			Zöldborsófőzelék	1 067,05	255,28	13,42	6,93	0,96	34,17	1,70	0,28		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			Összesen:	3 048,73	729,37	46,01	21,04	4,27	85,67	2,86	3,12		
2022. 07. 05. kedd	(00578) Felsőszűnidei étk. Komló	E	Zöldséges reszelttészta leves	349,39	83,59	2,58	1,91	0,24	13,79	0,14	1,29		
			Halpaprikás	822,67	196,81	15,16	12,16	3,55	5,61	0,98	0,53		
			Tészta köret	1 492,95	357,17	10,40	6,40	1,01	64,00	0,88	0,56		
			Őszibarack	129,54	30,99	0,64	0,80	0,00	4,80	0,00	0,01		
			Málnás-csokis müzliszelet	451,44	108,00	1,20	3,50	2,40	18,00	8,30	0,08		
			Összesen:	3 245,99	776,56	29,98	24,77	7,20	106,20	10,30	2,47		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 07. 06. szerda (00578)	Felsőszünidei étk. Komló	E	Csontleves	308,04	73,70	3,01	1,52	0,03	11,80	0,66	1,37		
			Rakott kelkáposzta	2 439,43	583,59	38,37	35,17	11,74	27,72	1,35	1,65		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			Összesen:	3 414,60	816,89	47,26	38,13	12,13	68,44	2,19	3,56		
2022. 07. 07. csütörtök (00578)	Felsőszünidei étk. Komló	E	Almalé	386,00	91,90	0,10	0,10	0,00	22,60	11,00	0,00		
			Bácskai rizseshús	2 361,36	564,92	25,95	21,54	4,23	66,06	0,29	1,91		
			Uborka saláta	118,55	28,36	1,01	0,10	0,00	5,83	4,00	0,13		
			Összesen:	2 865,91	685,18	27,06	21,74	4,23	94,49	15,29	2,04		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 07. 08. péntek (00578) Felsőszünidei étk. Komló	E	Pulykaraguleves	650,16	155,54	14,26	5,32	1,12	12,38	0,14	1,17	    	
		Hokkaidó kalács	2 155,63	515,59	14,82	10,09	2,80	90,93	12,92	0,64	    	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	2 951,20	705,92	29,48	15,81	3,92	110,31	13,06	1,82		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM