



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.08.01. - 2022.08.07.

	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. 08. 01. hétfő	(00577) Alsós szünidei étk. Komló	E	Burgonyaleves	473,43	113,26	3,16	2,31	0,28	19,55	0,68	0,96		
			Fűszeres sertésszelet	792,25	189,53	17,42	11,21	2,85	4,42	0,27	0,80		
			Tökfőzelék	800,47	191,50	4,46	9,49	2,42	21,73	0,64	0,77		
			Nektarin	184,87	44,23	0,75	0,37	0,04	9,42	0,00	0,00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45		
			Összesen:	2 806,96	671,52	30,69	24,58	5,89	79,22	1,74	2,98		
2022. 08. 02. kedd	(00577) Alsós szünidei étk. Komló	E	Zöldséges karfiolleves	308,75	73,86	2,68	1,86	0,23	11,43	0,65	0,75		
			Halfilé bakonyi módra	817,10	195,48	15,15	11,90	3,63	5,96	0,78	0,95		
			Bulgur	1 177,12	281,61	8,60	5,57	0,69	53,11	0,00	0,62		
			Málnás-csokis müzliszelet	451,44	108,00	1,20	3,50	2,40	18,00	8,30	0,08		
			Összesen:	2 754,41	658,95	27,63	22,83	6,95	88,50	9,73	2,40		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 08. 03. szerda (00577)	E	Alsós szünidei étk. Komló	Csontleves	259,41	62,06	2,48	1,16	0,02	10,22	0,55	1,34	    	
			Főtt hús	532,56	127,41	16,80	6,48	2,31	0,32	0,00	0,76		
			Gyümölcs mártás, Pirított dara	1 560,43	373,31	6,31	11,26	3,13	60,63	15,64	0,95	 	
			Összesen:	2 352,40	562,78	25,59	18,90	5,46	71,17	16,19	3,05		
2022. 08. 04. csütörtök (00577)	E	Alsós szünidei étk. Komló	Fokhagymakrém leves	439,82	105,22	3,34	4,81	1,73	12,02	1,13	0,94	    	
			Serpenyősburgonya virslivel	1 427,90	341,60	12,26	13,89	5,04	40,93	0,18	1,96		
			Káposzta saláta	155,77	37,26	1,15	0,16	0,02	7,57	3,50	0,22		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45		
			Összesen:	2 579,43	617,08	21,65	20,06	7,09	84,62	4,96	3,57		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 08. 05. péntek (00577) Alsós szünidei étk. Komló	E	Sertésraguleves	606,64	145,13	11,88	5,74	1,48	11,20	0,09	0,74	    	
		Tejberizs kakaós szórattal	1 770,32	423,38	10,65	4,40	2,22	84,24	35,91	0,58	 	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	2 522,37	603,30	22,93	10,54	3,70	102,44	36,00	1,33		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM