



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.08.08. - 2022.08.14.

	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. 08. hétfő	(00579) Szakiskola szünidei étk. Komló	E	Kertészleves	411,92	98,35	4,52	2,15	0,30	14,83	0,75	1,14		
			Milánói makaróni	3 575,72	855,44	38,74	41,34	14,35	81,02	9,15	2,39		
			Összesen:	3 987,64	953,79	43,26	43,49	14,65	95,85	9,90	3,53		
2022. 08. 09. kedd	(00579) Szakiskola szünidei étk. Komló	E	Daragaluskaleves	679,66	162,60	3,33	8,16	0,97	18,57	0,09	0,75		
			Sült csirkecomb	679,15	162,47	22,99	7,31	1,64	0,88	0,20	0,46		
			Zöldbabfőzelék	1 186,47	283,84	10,23	12,08	3,71	32,92	1,12	0,28		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			Összesen:	3 212,41	768,51	42,43	28,99	6,68	81,29	1,59	2,03		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 08. 10. szerda (00579) Szakiskola szünidei étk. Komló	E	Karalábéleves	674,27	161,11	5,04	6,58	2,73	19,99	2,14	0,88		
		Hentes tokány	1 095,03	261,97	22,23	16,68	4,63	5,38	0,89	1,51		
		Tört burgonya	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	0,62		
		Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01		
		Összesen:	3 000,83	717,71	34,22	23,93	7,42	88,47	3,03	3,02		
2022. 08. 11. csütörtök (00579) Szakiskola szünidei étk. Komló	E	Lebbencsleves	762,33	182,38	4,46	6,29	1,51	26,38	0,86	1,50		
		Sajtos csirkemell	1 568,54	375,25	40,94	19,01	10,65	9,96	1,44	2,09		
		Párolt rizs	1 600,14	382,81	7,36	7,72	0,90	70,49	0,65	0,30		
		Szőlő	269,63	64,50	0,48	0,24	0,00	14,48	0,00	0,00		
		Összesen:	4 200,64	1 004,94	53,24	33,26	13,06	121,31	2,95	3,89		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 08. 12. péntek (00579) Szakiskola szünidei étk. Komló	E	Lencsegulyás	1 458,68	348,97	25,63	10,64	2,32	37,15	0,18	1,45	   	
		Meggyes-mákos kevert	2 484,51	594,38	14,62	29,11	5,33	66,99	22,98	1,13	 	
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	4 059,52	971,18	40,57	40,07	7,65	109,74	23,16	2,59		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM