



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.08.29. - 2022.09.04.

	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. 09. 01. csütörtök	(00536) Felső EGYMI Komló	R	Tej	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33		
			Sajtos pogácsa	1 345,21	321,82	7,82	16,83	7,82	39,10	1,02	0,00		
		T	Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Teljes kiőrl.kakaós csiga	687,61	164,50	2,80	6,40	3,30	24,05	10,50	0,51		
		E	Paradicsom leves	725,45	173,55	3,10	4,28	0,52	30,84	18,39	0,89		
			Szerb rizses pulyka	2 185,99	522,96	25,43	17,50	2,84	65,37	0,18	1,08		
			Vitamin saláta	204,72	48,98	1,17	0,14	0,02	10,55	5,99	0,24		
		U	Gyümölcsös joghurt	358,23	85,70	3,25	2,25	1,50	16,62	15,25	0,00		
			Kifli	625,05	149,53	4,95	1,26	0,27	28,71	1,08	0,49		
		V	Tea	163,71	39,17	0,40	0,08	0,00	9,13	8,99	0,00		
			Liga margarin	37,62	9,00	0,02	1,00	0,30	0,02	0,02	0,04		
			Füstölt sajt	433,05	103,60	12,16	7,04	4,36	0,08	0,08	0,60		
			Uborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
			Fehér kenyér	716,40	171,39	5,70	0,60	0,00	34,50	0,06	0,90		
			Összesen:	8 410,65	2 012,12	82,40	64,16	24,60	283,33	61,56	5,36		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 09. 02. péntek	(00536) Felső EGYMI Komló	R	Tea	163,71	39,17	0,40	0,08	0,00	9,13	8,99	0,00		
			Liga margarin	37,62	9,00	0,02	1,00	0,30	0,02	0,02	0,04		
			Szeletelt szalámi	295,50	70,69	2,70	6,15	2,25	1,43	0,00	0,00		
			Paradicsom	27,47	6,57	0,30	0,06	0,01	1,20	0,00	0,00		
			Fehér kenyér	716,40	171,39	5,70	0,60	0,00	34,50	0,06	0,90		
		T	Tea	163,71	39,17	0,40	0,08	0,00	9,13	8,99	0,00		
			Körözött	299,48	71,64	6,71	3,92	2,46	2,21	1,24	0,25		
			Fehér kenyér	716,40	171,39	5,70	0,60	0,00	34,50	0,06	0,90		
		E	Tárkonyos halgombóclevés	852,09	203,85	12,67	9,54	3,05	16,04	0,94	1,02		
			Káposztás kocka	2 092,72	500,65	15,38	10,72	1,50	84,78	22,98	1,78		
			Alma	17,90	4,28	0,05	0,05	0,00	0,86	0,00	0,00		
		U	Szeletelt szalámi	295,50	70,69	2,70	6,15	2,25	1,43	0,00	0,00		
			Liga margarin	37,62	9,00	0,02	1,00	0,30	0,02	0,02	0,04		
			Uborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
			Telj.kiörl.zsemle	660,00	157,89	5,83	1,43	0,38	28,38	0,16	0,29		
			Összesen:	6 390,86	1 528,91	58,88	41,41	12,50	224,14	43,46	5,23		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM