



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.09.05. - 2022.09.11.

	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. 05. hétfő	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Köménymaglevés	721,14	171,95	1,62	3,13	0,32	33,92	0,00	0,98		
			Pulykasült	608,26	145,52	18,47	7,89	1,74	0,10	0,00	0,98		
			Magyaros burgonyafőzelék	980,83	234,65	5,59	4,21	0,47	42,64	0,00	1,00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			Összesen:	2 977,36	711,72	31,56	16,67	2,89	105,58	0,18	3,50		
2022. 09. 06. kedd	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves	280,14	67,02	1,80	1,10	0,13	12,24	0,00	0,91		
			Lecsós ragu	844,05	201,93	19,75	11,10	3,02	5,43	0,27	1,11		
			Tarhonya köret	1 528,04	365,56	10,40	7,33	1,11	64,00	0,88	0,76		
			Geszti Eszti	383,72	91,80	1,02	3,15	2,85	14,31	8,52	0,03		
			Összesen:	3 035,95	726,31	32,97	22,68	7,11	95,98	9,67	2,81		
2022. 09. 07. szerda	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Zöldséges reszelttészta leves	343,88	82,27	2,51	1,89	0,24	13,60	0,00	1,29		
			Mustáros kakukkfűves sertésragu	919,94	220,08	19,90	13,19	3,25	5,17	0,32	0,92		
			Petrezselymes burgonya	1 012,50	242,22	6,33	1,25	0,15	50,18	0,00	0,42		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			Összesen:	2 943,45	704,17	34,62	17,77	4,00	97,87	0,50	3,17		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 09. 08. csütörtök (00537) Felső tejmentes Komló	E	Felesborsóleves	725,35	173,53	8,62	2,61	0,35	28,60	0,08	0,87	 	
		Sült csirkemell	610,70	146,10	22,40	5,56	0,75	1,46	0,17	0,96		
		Mexikói rizs	1 557,66	372,65	7,98	7,79	0,89	67,00	0,00	0,80		
		Káposzta saláta	191,99	45,93	1,49	0,21	0,02	9,23	4,00	0,23		
		Összesen:	3 085,70	738,21	40,49	16,17	2,01	106,29	4,25	2,86		
2022. 09. 09. péntek (00537) Felső tejmentes Komló	E	Sertésraguleves	752,59	180,04	14,57	7,55	1,88	13,10	0,00	1,17	   	
		Pogácsa (TEJMENTES)	1 961,08	469,16	13,88	10,24	2,56	80,77	1,48	1,83	 	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Vizes zsemle	695,20	166,32	5,61	0,66	0,00	33,16	0,11	0,60		
		Összesen:	3 554,28	850,31	34,46	18,85	4,44	134,03	1,59	3,61		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM