



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.09.12. - 2022.09.18.

	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. 12. hétfő	Felsősz. diab.-gluténmentes Komló (00622)	E	Csontleves (gluténmentes)	199,27	47,67	1,76	1,16	0,02	7,56	0,00	1,87		
			Szezámós rántott hal (gluténmentes)	1 709,37	408,94	18,56	31,04	4,37	12,24	0,04	0,77	     	
			Tört burgonya (diab)	587,92	140,65	3,76	0,30	0,04	30,00	0,00	0,60		
			Összesen:	2 496,56	597,26	24,08	32,50	4,43	49,80	0,04	3,24		
2022. 09. 13. kedd	Felsősz. diab.-gluténmentes Komló (00622)	E	Temesvári csirke-tokány (gluténmentes)	1 065,73	254,96	20,82	14,51	4,87	9,81	1,08	1,20	 	
			Tészta köret (gluténmentes)	751,30	179,73	0,72	4,96	0,53	32,85	0,00	0,66		
			Zöldségleves (gluténmentes)	182,26	43,60	0,94	1,98	0,23	5,34	0,00	1,09		
			Összesen:	1 999,29	478,29	22,48	21,45	5,63	48,00	1,08	2,95		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 09. 14. szerda (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves (gluténmentes)	276,35	66,11	1,64	2,25	0,25	9,52	0,02	0,90		
		Pírtott baconos sertésborda (gluténment.)	1 206,04	288,53	19,85	20,53	5,06	5,64	0,45	0,92		
		Sárgarépás rizs (diab.)	875,12	209,36	3,56	6,68	0,77	33,43	0,00	0,85		
		Összesen:	2 357,51	564,00	25,05	29,46	6,08	48,59	0,47	2,67		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 09. 15. csütörtök (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Lebbencsleves (gluténmentes)	587,75	140,61	2,41	5,10	1,25	20,81	0,05	1,11		
		Aprópecsenye (gluténmentes)	788,92	188,74	19,23	11,08	3,03	2,78	0,26	0,78		
		Finomfőzelék (diab- gluténmentes)	833,59	199,42	6,72	7,55	1,07	25,37	0,07	0,94	 	
		Összesen:	2 210,26	528,77	28,36	23,73	5,35	48,96	0,38	2,83		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 09. 16. péntek (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Alföldi betyárgulyás (gluténmentes)	893,12	213,67	13,22	12,18	4,26	12,36	0,81	1,22	 	
		Túrós metélt (diab- gluténmentes)	1 453,51	347,73	14,32	16,04	7,11	35,97	13,12	0,48		
		Összesen:	2 346,63	561,40	27,54	28,22	11,37	48,33	13,93	1,70		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM