



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.09.12. - 2022.09.18.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 09. 12. hétfő	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Csontleves	290,94	69,60	2,84	1,49	0,02	11,04	0,00	1,58		
			Rántott hal (tejmentes)	1 270,77	304,01	17,93	15,15	2,41	22,57	1,02	0,90		
			Tört burgonya	881,88	210,98	5,63	0,45	0,06	45,00	0,00	0,61		
			Csemege uborka	48,00	11,48	0,48	0,08	0,00	1,92	1,52	0,80		
			Alpro növényi desszert vaniliás 100 g	355,30	85,00	3,20	1,90	0,40	13,60	10,70	0,14		
			Összesen:	2 846,89	681,07	30,08	19,07	2,89	94,13	13,24	4,03		
2022. 09. 13. kedd	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Meggy leves (TEJMENTES)	613,59	146,79	1,59	0,84	0,04	32,35	16,14	0,41		
			Temesvári csirketokány (tejmentes)	929,69	222,41	20,32	11,44	2,92	9,11	0,27	1,18		
			Bulgur	1 355,30	324,23	9,83	6,63	0,82	60,70	0,00	0,82		
			Összesen:	2 898,58	693,43	31,74	18,91	3,78	102,16	16,41	2,41		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 09. 14. szerda (00537)	Felső tejmentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves	383,96	91,70	2,98	2,34	0,31	14,34	0,08	0,90	 	
			Sárgarépás rizs	1 480,89	354,28	6,70	7,72	0,90	64,03	0,00	1,05		
			Pirított baconos sertésborda	1 140,09	272,75	20,34	18,48	4,83	6,00	0,43	0,73	 	
			Vitamin saláta	204,72	48,98	1,17	0,14	0,02	10,55	5,99	0,24		
			Szőlő	269,63	64,50	0,48	0,24	0,00	14,48	0,00	0,00		
			Összesen:	3 479,29	832,21	31,67	28,92	6,06	109,40	6,50	2,92		
2022. 09. 15. csütörtök (00537)	Felső tejmentes Komló	E	Lebbencsleves	613,78	146,84	3,48	5,32	1,30	20,80	0,05	1,16	   	
			Finomfőzelék (TEJMENTES)	755,33	180,70	6,03	6,52	0,71	24,18	2,69	0,89		
			Aprópecsenye	824,52	197,25	19,33	11,97	3,13	2,84	0,26	0,78		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			Őszibarack	129,54	30,99	0,64	0,80	0,00	4,80	0,00	0,01		
			Összesen:	2 990,30	715,38	35,36	26,05	5,50	81,54	3,18	3,38		
2022. 09. 16. péntek (00537)	Felső tejmentes Komló	E	Alföldi betyárgulyás (tejmentes)	961,45	230,01	14,52	9,61	2,42	20,79	0,00	1,21	 	
			Lekváros bukta (TEJMENTES)	2 582,82	617,90	11,34	20,76	2,34	95,52	12,81	0,33	 	
			Összesen:	3 544,27	847,91	25,86	30,37	4,76	116,31	12,81	1,54		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM