



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.09.19. - 2022.09.25.

	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. 19. hétfő	(00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Zöldségleves (gluténmentes)	182,26	43,60	0,94	1,98	0,23	5,34	0,00	1,09		
			Főtt hús	599,13	143,33	18,90	7,29	2,60	0,36	0,00	0,98		
			Spenót, Főtt burgonya (gluténmentes)	1 279,90	306,11	9,33	10,01	1,56	43,43	0,10	0,80		
			Összesen:	2 061,29	493,04	29,17	19,28	4,39	49,13	0,10	2,87		
2022. 09. 20. kedd	(00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Zöldborsóleves (gluténmentes)	352,32	84,29	3,68	2,27	0,24	11,95	0,01	0,97		
			Tejszínes baconos csirkés tészta (gluténmentes)	1 877,70	449,21	27,19	20,40	9,63	37,58	0,01	1,71		
			Összesen:	2 230,02	533,50	30,87	22,67	9,87	49,53	0,02	2,68		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 09. 21. szerda (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Tojásleves (gluténmentes)	309,64	74,07	2,33	4,84	0,78	5,07	0,03	0,84	 	
		Sertéspörkölt (gluténmentes)	922,10	220,60	19,52	13,87	3,34	4,09	0,18	0,97		
		Lencsefőzelék (gluténmentes)	1 280,64	306,37	13,63	10,59	2,67	38,37	1,09	0,62	  	
		Összesen:	2 512,38	601,04	35,48	29,30	6,79	47,53	1,30	2,43		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 09. 22. csütörtök (00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Tarhonyaleves (gluténmentes)	312,93	74,86	1,11	2,06	0,23	12,77	0,04	0,91		
			Gyrosos pulykasült (gluténmentes)	659,34	157,74	20,57	8,29	1,89	0,15	0,00	0,80		
			Petrezselymes burgonya (diab.)	687,66	164,51	4,32	0,81	0,10	34,15	0,00	0,41		
			Uborka saláta (diab.)	51,41	12,30	1,01	0,10	0,00	1,83	5,00	0,13		
			Összesen:	1 711,34	409,41	27,01	11,26	2,22	48,90	5,04	2,25		
2022. 09. 23. péntek (00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Pulykaraguleves (gluténmentes)	522,35	124,97	13,06	3,96	0,90	9,01	0,01	1,16		
			Tejberizs fahéjas szórattal (diab)	947,35	226,64	8,33	3,80	1,91	39,60	30,01	0,60		
			Összesen:	1 469,70	351,61	21,39	7,76	2,81	48,61	30,02	1,76		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM