






ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.09.26. - 2022.10.02.

	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. 26. hétfő	Felső diab.-gluténmentes Komló (00622)	E Zöldséges burgonyaleves (gluténmentes)	419,17	100,28	2,08	2,71	0,30	16,42	0,06	1,07	 	
		Sült csirkecomb (gluténmentes)	801,32	191,70	23,12	10,40	1,97	1,18	0,00	1,25		
		Tökfőzelék (gluténmentes)	1 049,41	251,06	4,35	12,16	3,06	30,05	0,90	1,08	 	
		Összesen:	2 269,90	543,04	29,55	25,27	5,33	47,65	0,96	3,40		
2022. 09. 27. kedd	Felső diab.-gluténmentes Komló (00622)	E Kertészleves (gluténmentes)	162,81	38,95	2,01	1,19	0,13	4,93	0,00	0,85		
		Halfilé bakonyi módra (gluténmentes)	975,77	233,44	17,05	14,57	4,41	7,31	1,03	1,22	  	
		Tészta köret (gluténmentes)	751,30	179,73	0,72	4,96	0,53	32,85	0,00	0,66		
		Alma	87,25	20,87	0,24	0,24	0,00	4,20	0,00	0,01		
Összesen:	1 977,13	472,99	20,02	20,96	5,07	49,29	1,03	2,74				



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM





2022. 09. 28. szerda (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Köménymaglevés (gluténmentes)	321,87	76,84	0,58	2,69	0,29	12,32	0,02	0,79		
		Vagdalt szelet (gluténmentes)	1 018,95	243,67	11,57	17,70	5,53	9,17	0,00	0,80		
		Zöldbabfőzelék (gluténmentes)	1 060,83	253,79	6,69	12,46	3,71	27,77	1,20	0,85		
		Összesen:	2 401,65	574,30	18,84	32,85	9,53	49,26	1,22	2,44		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 09. 29. csütörtök (00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Paradicsom leves (gluténmentes)	360,47	86,24	1,14	4,15	0,47	11,24	18,42	0,82	 	
			Sült csirkemell (gluténmentes)	521,85	124,84	22,32	3,24	0,50	1,42	0,19	1,16		
			Párolt rizs (diab.-gluténmentes)	789,60	188,90	3,20	5,69	0,66	31,00	0,00	0,31		
			Káposzta saláta (diab.)	124,86	29,87	1,49	0,21	0,02	5,24	4,00	0,23		
			Összesen:	1 796,78	429,85	28,15	13,29	1,65	48,90	22,61	2,52		
2022. 09. 30. péntek (00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Májgaluska leves (gluténmentes)	626,07	149,78	12,88	5,45	1,17	11,95	0,01	1,15	   	
			Mákos metélt (diab.-gluténmentes)	1 224,36	292,91	4,82	13,52	2,64	37,63	20,00	1,45		
			Összesen:	1 850,43	442,69	17,70	18,97	3,81	49,58	20,01	2,60		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM