



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.10.31. - 2022.11.06.

	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. 11. 02. szerda (00619) Szakiskola laktómentes Komló	R		Laktómentes tej	459,80	110,00	7,50	3,75	2,50	11,75	11,75	0,33		
			Vajkrém laktómentes	70,73	16,92	0,11	1,76	0,00	0,14	0,00	0,00		
			Vizes zsemle	1 390,40	332,64	11,22	1,32	0,00	66,32	0,22	1,20		
			Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
	E		Tarhonyaleves	421,42	100,82	2,53	3,29	0,34	14,75	0,05	0,93		
			Fokhagymás csirkecomb	763,22	182,59	23,13	9,43	1,86	1,08	0,00	1,24		
			Magyaros zöldborsófőzelék	1 178,07	281,84	14,51	7,43	0,74	38,50	2,00	0,82		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
	V		Brassói aprópecsenye	2 104,06	503,36	30,29	18,46	5,43	52,48	0,34	1,91		
			Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,10	0,00	2,40	1,90	1,00		
			Összesen:	7 147,59	1 709,96	96,25	47,10	11,23	217,54	16,44	7,97		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 11. 03. csütörtök	Szakiskola laktózmentes Komló (00619)	R	Tea (citrusmentes)	168,15	40,23	0,02	0,01	0,00	9,99	9,99	0,00		
			Kenőmájas	536,50	127,74	5,00	11,15	5,40	0,85	0,00	0,75		
			Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 111,88	266,00	9,80	2,40	0,60	48,20	0,30	0,90		
		E	Zöldséges karalábéleves	512,26	122,36	3,85	3,40	0,44	18,66	0,10	0,92		
			Húsos tészta (TEJMENTES)	3 064,37	733,10	29,06	33,01	8,29	79,18	3,55	1,34		
		V	Tea (citrusmentes)	168,15	40,23	0,02	0,01	0,00	9,99	9,99	0,00		
			Kapros túró (laktózmentes)	110,02	26,32	2,33	1,58	0,00	0,75	0,00	0,10		
			Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Kukoricás kenyér	1 191,30	285,00	9,60	1,00	0,00	59,00	0,00	1,20		
	Összesen:	6 915,05	1 653,52	60,56	52,72	14,73	228,50	23,93	5,22				
2022. 11. 04. péntek	Szakiskola laktózmentes Komló (00619)	R	Tea (citrusmentes)	168,15	40,23	0,02	0,01	0,00	9,99	9,99	0,00		
			Főtt bécsi rudacska	572,66	137,00	6,50	12,50	3,85	0,00	0,00	1,05		
			Ketchup	89,45	21,40	0,24	0,08	0,01	4,80	4,20	0,36		
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 111,88	266,00	9,80	2,40	0,60	48,20	0,30	0,90		
		E	Gulyásleves	1 098,55	262,81	16,40	9,99	2,34	26,13	0,21	1,47		
			Tejberizs kakaós szóráttal (TEJMENTES)	2 600,38	622,10	7,45	3,57	0,79	139,05	61,22	0,59		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 11. 04.	(00619) Szakiskola lakószállás	V	Gyümölcsjoghurt laktózmentes	1 141,14	273,00	7,80	8,10	0,00	42,00	0,00	0,00		
			Vizes zsemle	695,20	166,32	5,61	0,66	0,00	33,16	0,11	0,60		
			Összesen:	7 593,74	1 816,69	54,14	37,63	7,59	308,93	76,03	4,98		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!