



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.11.14. - 2022.11.20.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 11. 14. hétfő	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Daragaluskaleves SZL.	679,66	162,60	3,33	8,16	0,97	18,57	0,09	0,75		0,00
			Aprópecsenye (sc) Szl. Komló	939,03	224,65	21,54	13,72	3,52	3,52	0,34	1,00		0,00
			Finomfőzelék mir. SZL.	940,02	224,88	9,02	8,04	1,20	28,65	2,65	1,06		0,00
			Teljes kiőrl.kenyér 0,50kg Rie	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		0,00
			Összesen:	3 225,84	771,73	39,77	31,36	6,05	79,66	3,26	3,35		0,00
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Daragaluskaleves SZL.	679,66	162,60	3,33	8,16	0,97	18,57	0,09	0,75		0,00
			Harcsak.erdei gomb.márt.SZL.	1 026,14	245,49	18,09	14,94	4,85	8,62	0,64	0,60		0,00
			Párolt rizs SZL.	1 600,14	382,81	7,36	7,72	0,90	70,49	0,65	0,30		0,00
			Összesen:	3 305,94	790,90	28,78	30,82	6,72	97,68	1,38	1,65		0,00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 11. 15. kedd	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Zöldborsóleves SZI.	625,46	149,44	6,51	3,09	0,38	23,31	0,23	0,90	    	0,00
			Fűszeres csirkecombfilé SZI.	856,24	204,84	22,47	11,94	2,00	0,10	0,00	0,67		0,00
			Tzatziki SZI.	531,50	127,15	5,84	7,27	4,53	9,09	1,60	0,48		0,00
			Hagymás törtburgonya SZI.	1 256,54	300,61	6,73	6,11	0,70	53,32	0,00	0,23		0,00
			Összesen:	3 269,74	782,04	41,55	28,41	7,61	85,82	1,83	2,28		0,00
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Zöldborsóleves SZI.	625,46	149,44	6,51	3,09	0,38	23,31	0,23	0,90	    	0,00
			Zölds.csirkés (csm.)penne SZI.	2 785,20	621,09	50,38	21,31	9,61	69,82	1,07	2,01	 	0,00
			Összesen:	3 410,66	770,53	56,89	24,40	9,99	93,13	1,30	2,91		0,00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 11. 16. szerda	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Csontleves tésztabetéttel SZI.	370,43	88,62	3,70	2,03	0,03	13,69	0,83	1,80		0,00
			Sertéspörkölt SZI.	1 105,29	264,42	23,85	16,44	4,02	4,88	0,22	0,93		0,00
			Babfőzelék SZI.	1 575,96	377,02	18,14	11,02	3,20	50,93	0,96	1,23		0,00
			Teljes kiőrl.kenyér 0,50kg Rie	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		0,00
			Mandarin	156,78	37,51	0,56	0,24	0,00	7,84	0,00	0,00		0,00
			Összesen:	3 875,59	927,17	52,13	31,17	7,61	106,26	2,19	4,50		0,00
	(00625) Gimi-szakiskola) B menü	E	Csontleves tésztabetéttel SZI.	370,43	88,62	3,70	2,03	0,03	13,69	0,83	1,80		0,00
			Székelykáposzta (sc.) SZI.	1 776,93	425,10	25,97	28,79	9,23	15,00	1,23	2,51		0,00
			Teljes kiőrl.kenyér 0,50kg Rie	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		0,00
			Körte	177,08	42,36	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		0,00
			Összesen:	2 991,57	715,68	35,87	32,50	9,62	67,21	2,24	4,85		0,00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 11. 17. csütörtök	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Paradicsom leves SZI.	877,34	209,89	3,69	5,30	0,63	37,10	22,23	0,51	  	0,00
			Tavaszi rizseshús (s.c.) SZI.	2 319,01	554,79	26,79	14,38	3,22	78,75	0,00	2,13		0,00
			Vegy. vágott savanyú 4100/2200	83,16	19,90	1,10	0,20	0,10	3,40	0,00	0,60		0,00
			Összesen:	3 279,51	784,58	31,58	19,88	3,95	119,25	22,23	3,24		0,00
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Paradicsom leves SZI.	877,34	209,89	3,69	5,30	0,63	37,10	22,23	0,51	  	0,00
			Dubarry sertés szelet SZI.	1 605,02	383,98	31,38	23,02	9,11	12,71	0,02	1,68	 	0,00
			Hagymás törtburgonya SZI.	1 256,54	300,61	6,73	6,11	0,70	53,32	0,00	0,23		0,00
			Céklasaláta 4250/2000 gr. 5/1,	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75		0,00
			Összesen:	3 893,56	931,48	42,50	34,53	10,44	111,33	28,45	3,17		0,00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 11. 18. péntek	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Palócleves (sc.) SZI.	1 312,13	313,91	17,97	14,54	4,74	27,05	2,15	1,84		0,00
			Túrós metélt SZI.	2 869,64	686,52	28,96	22,12	8,84	89,61	18,89	0,35		0,00
			Körte	177,08	42,36	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		0,00
			Összesen:	4 358,85	1 042,79	47,25	36,90	13,58	126,26	21,04	2,19		0,00
	(00625) Gimi-szakiskola) B menü	E	Palócleves (sc.) SZI.	1 312,13	313,91	17,97	14,54	4,74	27,05	2,15	1,84		0,00
			Kakaós csiga SZI.	2 648,82	633,69	16,10	12,20	1,81	113,85	33,99	0,59		0,00
			Mandarin	156,78	37,51	0,56	0,24	0,00	7,84	0,00	0,00		0,00
			Összesen:	4 117,73	985,11	34,63	26,98	6,55	148,74	36,14	2,43		0,00

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM