



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.11.14. - 2022.11.20.

	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. 14. hétfő	(00618)	E	Zöldségleves (tojásmentes)	226,34	54,15	0,91	1,54	0,17	9,01	0,00	1,07		
			Magyaros burgonyafőzelék	812,51	194,38	4,72	3,21	0,35	35,86	0,00	1,00		
			Sertéspörkölt	806,92	193,04	17,31	12,12	2,94	3,40	0,14	0,63		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45		
			Összesen:	2 401,71	574,57	27,84	18,07	3,76	72,37	0,29	3,15		
2022. 11. 15. kedd	(00618)	E	Zöldborsóleves (tojásmentes)	383,15	91,66	3,47	1,70	0,17	15,37	0,00	1,05		
			Zöldséges csirkés penne (tej-tojásmentes)	1 498,96	358,60	22,03	5,72	1,48	54,32	0,20	0,98		
			Összesen:	1 882,11	450,26	25,50	7,42	1,65	69,69	0,20	2,03		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 11. 16. szerda (00618)	E	Alsós tej-tojás-szójamentes Komló	Csontleves (tojásmentes)	221,03	52,88	1,47	0,88	0,02	9,74	0,00	1,56		
			Vagdalt szelet (tojásmentes)	924,72	221,23	10,65	14,50	4,53	11,44	0,09	0,75		
			Babfőzelék (TEJMENTES)	1 007,33	240,99	12,39	5,30	0,61	35,66	0,00	0,80		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45		
			Szőlő	269,63	64,50	0,48	0,24	0,00	14,48	0,00	0,00		
			Összesen:	2 978,65	712,60	29,89	22,12	5,46	95,42	0,24	3,56		
2022. 11. 17. csütörtök (00618)	E	Alsós tej-tojás-szójamentes Komló	Paradicsom leves (tojásmentes)	584,32	139,79	1,24	2,99	0,34	27,16	17,05	0,71		
			Tavaszi rizseshús	1 742,78	416,93	19,83	10,76	2,41	59,62	0,00	1,46		
			Csemege uborka	42,00	10,05	0,42	0,07	0,00	1,68	1,33	0,70		
			Összesen:	2 369,10	566,77	21,49	13,82	2,75	88,46	18,38	2,87		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 11. 18. péntek (00618) Alsós tej-tojás-szójamentes Komló	E	Kakaós csiga (tej- tojásmentes)	1 514,40	362,30	8,21	6,16	0,81	68,02	19,98	0,34		
		Palócleves (TEJMENTES)	743,75	177,93	11,13	7,24	1,59	16,59	0,07	1,21		
		Körte	177,08	42,36	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		
		Összesen:	2 435,23	582,59	19,66	13,64	2,40	94,21	20,05	1,55		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!