



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	(00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Zöldségleves (gluténmentes)	182,26	43,60	0,94	1,98	0,23	5,34	0,00	1,09		
			Burgonyafőzelék (diab.-gluténment)	1 053,90	252,13	4,77	8,36	2,86	38,35	1,02	1,03		
			Sertéspörkölt (gluténmentes)	922,10	220,60	19,52	13,87	3,34	4,09	0,18	0,97		
			Összesen:	2 158,26	516,33	25,23	24,21	6,43	47,78	1,20	3,09		
2022. 11. 15. 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		
			Zöldséges csirkés tészta (diab-gluténmentes)	1 660,02	397,13	31,77	12,54	5,56	38,97	0,18	0,98		
			Összesen:	2 012,34	481,42	35,45	14,81	5,80	50,92	0,19	1,95		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 11. 16. szerda (00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Csontleves (gluténmentes)	199,27	47,67	1,76	1,16	0,02	7,56	0,00	1,87		
			Vagdalt szelet (gluténmentes)	1 018,95	243,67	11,57	17,70	5,53	9,17	0,00	0,80		
			Párolt vegyes zöldség (gluténment.)	602,24	8,60	8,44	1,54	0,14	23,54	0,00	6,98		
			Mandarin	156,78	37,51	0,56	0,24	0,00	7,84	0,00	0,00		
			Összesen:	1 977,24	337,45	22,33	20,64	5,69	48,11	0,00	9,65		
2022. 11. 17. 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	 	
			Tavaszi rizseshús (diab-gluténment.)	1 475,21	352,92	19,94	13,37	2,90	37,70	0,00	1,78		
			Összesen:	1 835,68	439,16	21,08	17,52	3,37	48,94	18,42	2,60		



Üzletvezet
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!