



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.12.05. - 2022.12.11.

	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. 12. 05. hétfő	(00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Tojásleves (gluténmentes)	399,34	95,53	2,61	5,13	0,80	9,33	0,05	0,84	 	
			Színesfőzelék (gluténmentes)	1 156,28	276,62	7,16	12,90	1,08	31,46	2,59	1,12	 	
			Sült csirkemell (gluténmentes)	521,85	124,84	22,32	3,24	0,50	1,42	0,19	1,16		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	2 222,88	531,78	32,49	21,67	2,38	49,21	2,83	3,13		
2022. 12. 06. kedd	(00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Petrezselymes burgonya (diab.)	687,66	164,51	4,32	0,81	0,10	34,15	0,00	0,41		
			Rostonhal (gluténmentes)	551,65	131,97	13,71	8,13	1,50	0,00	0,00	0,61		
			Káposzta saláta (diab.)	124,86	29,87	1,49	0,21	0,02	5,24	4,00	0,23		
			Zöldségleves (gluténmentes)	271,84	65,03	1,05	2,03	0,23	10,45	0,00	1,09		
			Összesen:	1 636,01	391,38	20,57	11,18	1,85	49,84	4,00	2,34		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 12. 07. szerda (00622) Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves (gluténmentes)	236,71	56,63	1,56	1,09	0,13	9,92	0,00	1,11		
		Vagdalt szelet (gluténmentes)	1 018,95	243,67	11,57	17,70	5,53	9,17	0,00	0,80		
		Kelkáposztafőzelék (gluténmentes)	879,54	210,42	6,28	6,10	0,66	31,63	0,08	0,90		
		Összesen:	2 135,20	510,72	19,41	24,89	6,32	50,72	0,08	2,81		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 12. 08. csütörtök (00622) Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Bolognai spagetti (gluténmentes)	2 047,34	489,79	19,54	28,16	10,51	39,21	0,68	1,32		
		Zellerkrémleves (diab- gluténmentes)	392,32	93,86	2,78	3,95	0,67	11,08	0,03	0,39	   	
		Összesen:	2 439,66	583,65	22,32	32,11	11,18	50,29	0,71	1,71		



..... Üzletvezet Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!