



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.12.12. - 2022.12.18.

	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. 12. hétfő	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Köménymagleves (gluténmentes)	843,96	201,28	1,45	4,04	0,41	39,09	0,04	1,18		
			Csirkepörkölt (gluténmentes)	920,18	220,14	22,20	11,82	1,95	4,44	0,22	1,16		
			Fehérbabfőzelék (gluténmentes)	1 665,75	398,51	19,24	10,69	3,17	55,59	1,02	1,23		
			Gluténmentes baguett	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		
			Összesen:	4 150,39	991,48	43,89	26,80	5,53	139,97	1,28	3,57		
2022. 12. 13. kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves (gluténmentes)	412,33	98,64	2,20	2,87	0,31	15,72	0,02	0,77		
			Zöldséges sertésragu (gluténmentes)	1 101,78	263,58	21,65	15,01	3,46	9,98	0,01	1,25		
			Párolt rizs (gluténmentes)	1 583,64	378,86	7,20	7,70	0,90	69,75	0,00	1,19		
			Összesen:	3 097,75	741,08	31,05	25,58	4,67	95,45	0,03	3,21		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 12. 14. szerda (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Csontleves (gluténmentes)	317,86	76,04	2,37	1,66	0,02	12,94	0,00	1,69		
			Paradicsomos húsgombóc, Főtt burgonya (gluténment.)	2 888,24	690,97	22,54	26,61	7,70	89,01	23,50	1,78	 	
			Körte	177,08	42,36	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		
			Gluténmentes baguett	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		
			Összesen:	4 103,68	980,92	26,23	28,76	7,72	152,40	23,50	3,47		
2022. 12. 15. csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Tarhonyás hús (gluténmentes)	2 254,03	539,24	23,14	18,11	3,94	70,21	0,22	1,93		
			Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,10	0,00	2,40	1,90	1,00		
			Almalé	386,00	91,90	0,10	0,10	0,00	22,60	11,00	0,00		
			Összesen:	2 700,03	645,49	23,84	18,31	3,94	95,21	13,12	2,93		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 12. 16. péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Gulyásleves (gluténment.)	1 069,17	255,78	15,49	9,87	2,29	25,57	0,13	1,45		
		Tejberizs kakaós szórattal	2 867,08	685,90	15,50	6,36	3,28	140,46	64,96	0,89		
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	4 052,58	969,51	31,31	16,55	5,57	171,63	65,09	2,35		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!