



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.12.26. - 2023.01.01.

	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. 27. kedd (00579)	Szakiskola szünidei étk.Komló	E Zöldséges karalábéleves	539,76	128,94	4,11	3,43	0,45	19,90	1,18	1,07		
		Csíkos tokány	1 400,40	335,02	23,55	23,23	8,07	7,52	1,32	1,23		
		Tészta köret	1 857,42	444,36	13,00	7,77	1,23	80,00	1,10	0,70		
		Mandarin	156,78	37,51	0,56	0,24	0,00	7,84	0,00	0,00		
		Összesen:	3 954,36	945,83	41,22	34,67	9,75	115,26	3,60	3,00		
2022. 12. 28. szerda (00579)	Szakiskola szünidei étk.Komló	E Zöldséges reszelttészta leves	408,02	97,61	2,98	2,51	0,32	15,52	0,16	1,31		
		Rakott karfiol	1 792,88	428,92	25,55	22,86	7,34	29,75	1,87	1,60		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
		Összesen:	2 868,03	686,13	34,41	26,81	8,02	74,19	2,21	3,45		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 12. 29. csütörtök (00579) Szakiskola szünidei étk. Komló												
E	Gyümölcsleves	853,72	204,24	4,70	1,31	0,57	42,06	19,98	0,50			
	Brassói aprópecsenye	2 104,06	503,36	30,29	18,46	5,43	52,48	0,34	1,91			
	Ecetes almapaprika	92,97	22,24	1,12	0,28	0,00	3,79	1,00	0,60			
	Összesen:	3 050,75	729,84	36,11	20,05	6,00	98,33	21,32	3,01			
2022. 12. 30. péntek (00579) Szakiskola szünidei étk. Komló												
E	Becsínált leves	1 104,39	264,21	18,28	13,98	4,75	15,92	1,61	1,52			
	Szilvatöltelékes gombóc fahéjas porcukorral	2 911,96	696,64	12,51	8,72	1,45	135,67	57,01	0,97			
	Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01			
	Összesen:	4 132,68	988,68	31,11	23,02	6,20	157,19	58,62	2,50			

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!