



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2023.05.01. - 2023.05.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 05. 02. kedd (00585) Alsós rost-és kalóriadús Komló	E Paradicsom leves	616,87	147,58	2,58	3,26	0,40	27,15	17,05	0,78		
	Zöldséges csirketokány	888,25	212,50	14,87	12,29	3,97	9,30	0,86	1,00		
	Tészta köret	1 328,26	317,77	9,10	6,18	0,95	56,00	0,77	0,54		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Málnás-csokis müzliszelet	451,44	108,00	1,20	3,50	2,40	18,00	8,30	0,08		
	Összesen:	3 430,23	820,64	28,15	25,63	7,72	117,45	26,98	2,41		
2023. 05. 03. szerda (00585) Alsós rost-és kalóriadús Komló	E Tarhonyaleves	305,59	73,11	2,04	1,79	0,18	11,78	0,68	0,78		
	Sertéssült	794,91	190,17	17,52	11,19	2,84	4,58	0,09	1,05		
	Lencsefőzelék	1 318,52	315,44	17,76	8,58	2,11	41,41	0,82	0,63		
	Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45		
	Körte	221,35	52,95	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
	Összesen:	3 196,31	764,67	42,62	23,06	5,43	93,87	1,74	2,92		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 05. 04. csütörtök (00585) Alsós rost-és kalóriadús Komló		E	Párolt rizs	1 270,01	303,83	5,70	6,72	0,78	54,75	0,43	1,05		
			Burgonyaleves	549,18	131,38	3,51	4,21	1,78	19,50	1,32	0,93		
			Lecsós csirkemáj	626,31	149,84	16,67	6,29	1,53	6,40	0,22	0,83		
			Narancs	173,11	41,41	0,60	0,20	0,00	8,50	0,00	0,01		
			Kubu püré őszibarack (alma-banán-s.répa)	234,08	56,00	0,70	0,30	0,04	12,00	11,60	0,00		
			Összesen:	2 852,69	682,46	27,18	17,72	4,13	101,15	13,57	2,82		
2023. 05. 05. péntek (00585) Alsós rost-és kalóriadús Komló		E	Sertésraguleves	606,64	145,13	11,88	5,74	1,48	11,20	0,09	0,74		
			Mogyorókrémes gombóc	2 498,36	597,69	10,88	21,10	2,50	90,83	24,33	2,03		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Körte	221,35	52,95	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
			Összesen:	3 442,68	823,60	23,48	27,46	3,98	119,63	24,42	2,79		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!