



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2023.05.01. - 2023.05.07.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 05. 02. kedd	(00628) Alsós TTM-parad.-gluténment.Komló	T	Tea 0,25l Komló alsós TM.	151,37	36,21	0,02	0,01	0,00	8,99	8,99	0,00		0,00
			Liga margarin 20%zsírt.500 gr	37,62	9,00	0,02	1,00	0,30	0,02	0,02	0,04		0,00
			Zala felvágott, Kométa	242,02	57,90	3,90	4,50	1,62	0,45	0,06	0,50		0,00
			Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		0,00
			Gluténmentes baguett 100 gr.	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		0,00
		E	Köménymagleves alsósTM-GM.	647,44	154,40	1,09	2,91	0,30	30,43	0,03	0,79		0,00
			Vagdalt szelet ATTPARGM.	928,19	221,86	9,38	14,46	4,52	13,19	0,00	0,58		0,00
			Burgonya petrezselymes alsós	844,43	202,02	5,32	0,89	0,11	42,15	0,00	0,42		0,00
			Vegy. vágott savanyú 4100/2200	58,21	13,93	0,77	0,14	0,07	2,38	0,00	0,42		0,00
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		0,00
		U	Kakaós csiga alsós TM-GM-TOJM.	1 488,82	356,18	3,59	8,32	1,05	64,84	20,22	0,33		0,00
			Összesen:	5 259,50	1 256,76	25,77	32,89	7,97	209,80	29,32	3,09		0,00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 05. 03. szerda (00628) Alsós TTM-parad.-gluténment.Komló	T	Tea 0,25l Komló alsós TM.	151,37	36,21	0,02	0,01	0,00	8,99	8,99	0,00		0,00
		Halkrém margarinós alsós	539,22	129,00	5,44	11,90	2,64	0,04	0,04	0,38		0,00
		Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		0,00
		Gluténmentes baguett 100 gr.	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		0,00
	E	Tarhonyaleves alsós Glutm.	265,81	63,59	0,95	1,57	0,17	11,24	0,03	0,69		0,00
		Sertés sült ATTPARGM.	784,82	187,75	17,13	11,33	2,85	4,00	0,02	0,76		0,00
		Lencsefőzelék alsós TM-GM.	1 353,79	323,87	16,92	7,03	0,63	47,33	0,26	0,61		0,00
		Gluténmentes baguett 100 gr.	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		0,00
	U	Geszti Eszti 30 gr.gesztenyerű	383,72	91,80	1,02	3,15	2,85	14,31	8,52	0,03		0,00
		Liga margarin 20%zsírt.500 gr	37,62	9,00	0,02	1,00	0,30	0,02	0,02	0,04		0,00
		Gluténmentes baguett 100 gr.	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		0,00
		Összesen:	5 702,42	1 361,75	44,86	36,83	9,44	209,38	17,88	2,51		0,00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 05. 04. csütörtök (00628)	Alsós TTM-parad.-gluténment.Komló	T	Rizsital natúr UHT	392,92	94,00	0,20	2,00	0,20	19,00	6,60	0,02		0,00
			Liga margarin 20%zsírt.500 gr	75,24	18,00	0,04	2,00	0,60	0,04	0,04	0,08		0,00
			Akácmez	19,06	4,56	0,00	0,00	0,00	1,23	0,00	0,00		0,00
			Gluténmentes baguett 100 gr.	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		0,00
		E	Burgonyaleves zölds.ATTPARGM.	431,17	103,15	1,82	2,21	0,24	18,58	0,01	0,84	 	0,00
			Fokhagymás cs.máj alsós GM.	666,11	159,36	16,21	8,61	1,80	4,04	0,01	0,73		0,00
			Párolt rizs alsós Glut.m.	1 259,00	301,20	5,60	6,71	0,78	54,25	0,00	0,99		0,00
			Szőlő	337,04	80,63	0,60	0,30	0,00	18,10	0,00	0,01		0,00
		U	Familia toast sonkás szelet	115,37	27,60	3,60	1,20	0,48	0,60	0,12	0,75		0,00
			Liga margarin 20%zsírt.500 gr	75,24	18,00	0,04	2,00	0,60	0,04	0,04	0,08		0,00
			Uborka(kígyó)	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		0,00
			Gluténmentes baguett 100 gr.	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		0,00
			Összesen:	4 826,89	1 153,13	30,41	25,56	4,70	198,09	6,82	3,51		0,00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 05. 05. péntek (00628) Alsós TTM-parad.-gluténment.Komló	T	Tea 0,25l Komló alsós TM.	151,37	36,21	0,02	0,01	0,00	8,99	8,99	0,00		0,00
		Kaiser Paprikás s.szalámi 500	235,33	56,30	2,04	4,30	1,98	0,38	0,04	0,40		0,00
		Delma szendv.marg.20%zs.500g r.	37,62	9,00	0,02	1,00	0,31	0,02	0,02	0,04		0,00
		Hónapos retek	18,27	4,37	0,36	0,03	0,00	0,66	0,00	0,04		0,00
		Gluténmentes baguett 100 gr.	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		0,00
	E	Sertésraguleves a.Tojm.-GM.	578,20	138,33	10,78	5,31	1,38	11,58	0,00	0,73		0,00
		Almás pite (diéta) alsós TTGM.	2 074,75	496,35	3,47	21,03	8,64	72,15	16,37	1,20		0,00
	U	Alpro növényi desszert vaniliá	355,30	85,00	3,20	1,90	0,40	13,60	10,70	0,14		0,00
		Delma szendv.marg.20%zs.500g r.	37,62	9,00	0,02	1,00	0,31	0,02	0,02	0,04		0,00
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		0,00
		Gluténmentes baguett 100 gr.	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		0,00
	Összesen:		5 074,87	1 212,45	22,31	35,48	13,02	196,10	36,14	2,60		0,00

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM