



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2023.05.08. - 2023.05.14.

	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. 08. hétfő	(00589) Felső laktózmentes Komló	E	Zöldségleves	301,47	71,99	1,99	2,23	0,30	10,66	0,07	1,09		
			Sült csirkecomb	801,32	191,70	23,12	10,40	1,97	1,18	0,00	1,25		
			Fejtett babfőzelék (TEJMENTES)	1 446,28	346,00	17,93	6,36	0,74	53,86	0,00	0,80		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45		
			Összesen:	3 105,01	742,69	47,94	20,19	3,31	89,80	0,22	3,59		
2023. 05. 09. kedd	(00589) Felső laktózmentes Komló	E	Almalé	386,00	91,90	0,10	0,10	0,00	22,60	11,00	0,00		
			Rántott hal (tejmentes)	1 270,77	304,01	17,93	15,15	2,41	22,57	1,02	0,90		
			Petrezselymes burgonya	1 012,50	242,22	6,33	1,25	0,15	50,18	0,00	0,42		
			Céklasaláta	123,73	29,60	0,56	0,08	0,00	6,56	4,96	0,60		
			Geszti Eszti	383,72	91,80	1,02	3,15	2,85	14,31	8,52	0,03		
			Összesen:	3 176,72	759,53	25,94	19,73	5,41	116,22	25,50	1,95		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 05. 10. szerda (00589)	Felső laktózmentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves	383,96	91,70	2,98	2,34	0,31	14,34	0,08	0,90	 	
			Gombás sertésragu	860,17	205,78	17,70	11,75	3,29	7,01	0,22	0,93		
			Bulgur	1 355,30	324,23	9,83	6,63	0,82	60,70	0,00	0,82		
			Körte	221,35	52,95	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
			Összesen:	2 820,78	674,66	30,91	21,02	4,42	94,05	0,30	2,66		
2023. 05. 11. csütörtök (00589)	Felső laktózmentes Komló	E	Lebbencsleves	613,78	146,84	3,48	5,32	1,30	20,80	0,05	1,16	  	
			Finomfőzelék (TEJMENTES)	755,33	180,70	6,03	6,52	0,71	24,18	2,69	0,89		
			Párolt sertésszelet	825,84	197,57	19,36	11,99	3,13	2,84	0,14	0,83	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45		
			Alpro növényi desszert vaniliás 100 g	355,30	85,00	3,20	1,90	0,40	13,60	10,70	0,14		
			Összesen:	3 106,19	743,11	36,97	26,93	5,84	85,52	13,73	3,47		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 05. 12. péntek (00589) Felső laktózmentes Komló	E	Becsinált leves (TEJMENTES)	727,99	174,16	14,35	7,57	1,89	11,85	0,00	1,17		
		Burgonyás tészta	1 969,37	471,14	14,43	9,21	1,21	81,49	0,22	0,79		
		Csemege uborka	48,00	11,48	0,48	0,08	0,00	1,92	1,52	0,80		
		Összesen:	2 745,36	656,78	29,26	16,86	3,10	95,26	1,74	2,76		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!