



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2023.05.22. - 2023.05.28.

	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. 22. hétfő	(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	75,24	18,00	0,04	2,00	0,60	0,04	0,04	0,08		0,00
			Gála sült sonka,Herz 90gr.	129,16	30,90	5,70	0,72	0,30	0,39	0,30	0,87		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	Zöldborsóleves alsós TM-GM.	382,09	91,41	3,28	1,79	0,18	15,24	0,01	1,05		0,00
			Burgonyafőzelék alsós TM-GM.	914,17	218,70	4,50	3,80	0,41	40,46	0,06	1,00		0,00
			Gluténmentes baguett 100 gr.	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		0,00
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		0,00
			Sertéspörkölt ATPARGM.	800,10	191,41	17,24	12,12	2,94	3,09	0,00	0,76		0,00
		U	Geszti Eszti 30 gr.gesztenyerű	767,44	183,60	2,04	6,30	5,70	28,62	17,04	0,06		0,00
			Körte	221,35	52,95	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		0,00
			Összesen:	4 998,25	1 194,11	35,54	27,86	10,13	196,13	26,44	3,84		0,00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 05. 23. kedd	(00628) Alsós TTM-parad.-gluténment.Komló	T	Kakaó tejmentes alsós Komló	509,00	121,77	0,40	2,21	0,33	25,08	12,60	0,04		218,86
			Snidlinges margarin alsós	75,89	18,16	0,05	2,00	0,60	0,07	0,04	0,08		15,00
			Uborka(kígyó)	9,83	2,35	0,20	0,02	0,00	0,34	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
		E	Rostos almalé 100%	463,74	110,94	0,14	0,00	0,00	28,00	0,00	0,01		0,00
			Sült csirkemell ATPARGM.	497,58	119,04	19,84	3,66	0,52	1,51	0,01	0,94		0,00
			Sárgarépás rizs alsós TM.	1 292,63	309,24	5,84	6,75	0,79	55,87	0,00	1,03		0,00
			Céklasaláta 4250/2000 gr. 5/1,	108,26	25,90	0,49	0,07	0,00	5,74	4,34	0,53		0,00
			Gesztenye Marci, Maroni	373,69	89,40	1,14	3,15	2,79	14,01	8,70	0,01		0,00
		U	Füstölt ínyenc sonka , Kaiser	128,10	30,65	4,92	0,69	0,27	1,05	0,12	0,66		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
			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:	4 952,08	1 183,08	35,34	20,08	5,60	213,90	25,83	3,36		233,86



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 05. 24. 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
		Főtt bécsi rudacska Alsós	458,13	109,60	5,20	10,00	3,08	0,00	0,00	0,84		0,00
		Gluténmentes baguett 100 gr.	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		0,00
		Zöldpaprika	24,57	5,88	0,36	0,09	0,00	0,90	0,00	0,00		0,00
	E	BrokkolikréMLEVES A. TM.-GM	308,98	73,92	2,48	2,63	0,27	9,85	0,86	0,61		0,00
		Halpörkölt ATTPARGM.	607,34	145,30	12,72	7,79	1,38	5,05	0,02	0,30		0,00
		Tészta köret alsós GM.	1 071,24	256,28	1,12	5,13	0,53	51,10	0,00	0,69		0,00
		Káposzta saláta alsós	155,77	37,26	1,15	0,16	0,02	7,57	3,50	0,22		0,00
		Szőlő	337,04	80,63	0,60	0,30	0,00	18,10	0,00	0,01		0,00
	U	Gála sonka, Hercz	120,00	28,71	5,40	0,60	0,24	0,36	0,33	0,51		0,00
		Delma szendv.marg.20%zs.500g r.	75,24	18,00	0,04	2,00	0,62	0,04	0,04	0,08		0,00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 05. 24.	(00628) Alsós TTM- parad. csütörtök	U	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
			Összesen:	4 775,25	1 140,77	31,45	29,30	6,14	184,56	13,74	3,26	0,00
2023. 05. 25. 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	37,62	9,00	0,02	1,00	0,30	0,02	0,02	0,04	0,00
			Pulykamell sonka Efef	136,69	32,70	4,50	1,38	0,51	0,60	0,18	0,66	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
		E	Köménymaglevés alsós GM.	647,44	154,40	1,09	2,91	0,30	30,43	0,03	0,79	0,00
			Sertéssült csíkok ATPARGM.	790,30	189,07	17,18	11,35	2,85	4,23	0,02	0,96	0,00
			Tökfőzelék mir. alsós TM-GM.	787,82	188,47	2,54	7,95	0,85	25,90	1,07	0,73	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	Gyümölcs saláta alsós	529,52	126,68	0,77	0,31	0,00	30,03	15,46	0,02	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:	5 536,17	1 321,50	29,62	28,68	5,31	233,29	23,40	3,27	0,00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 05. 26. 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
			Halkrém margarinós alsós	539,22	129,00	5,44	11,90	2,64	0,04	0,04	0,38		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	Legényfogó leves (csm)ATTPARGM	552,54	132,19	14,50	2,79	0,44	12,02	0,00	0,73		0,00
			Lekváros bukta ATTPARGM.	1 710,82	409,29	3,27	14,36	1,53	64,76	8,06	0,30		0,00
		U	Kárpát szeletelt szalámi 75gr.	295,50	70,69	2,70	6,15	2,25	1,43	0,00	0,00		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
			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
			Összesen:	4 783,96	1 142,85	28,33	37,74	7,46	169,64	17,13	1,53		0,00

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM