



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2023.05.29. - 2023.06.04.

	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. 30. kedd	(00589) Felső laktózmentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves	357,92	85,63	3,08	2,40	0,29	12,77	0,00	0,77		
			Tarhonyás hús	2 439,78	583,68	33,04	19,63	4,57	67,90	1,06	0,67		
			Csemege uborka	48,00	11,48	0,48	0,08	0,00	1,92	1,52	0,80		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Összesen:	2 962,03	708,62	36,92	22,43	4,86	88,19	2,58	2,25		
2023. 05. 31. szerda	(00589) Felső laktózmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves	280,14	67,02	1,80	1,10	0,13	12,24	0,00	0,91		
			Pulykasült	608,26	145,52	18,47	7,89	1,74	0,10	0,00	0,98		
			Magyaros zöldborsófőzelék	993,05	237,57	12,13	6,35	0,63	32,37	1,70	0,82		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			Alma	174,50	41,75	0,48	0,48	0,00	8,40	0,00	0,01		
			Összesen:	2 723,08	651,46	38,76	17,26	2,86	82,03	1,88	3,26		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 06. 01. csütörtök (00589)	E	Felső laktózmentes Komló	Paradicsom leves	725,45	173,55	3,10	4,28	0,52	30,84	18,39	0,89		
			Grill csirkecomb	754,81	180,58	23,01	9,44	1,86	0,68	0,00	0,85		
			Petrezselymes burgonya	1 012,50	242,22	6,33	1,25	0,15	50,18	0,00	0,42		
			Vitamin saláta	204,72	48,98	1,17	0,14	0,02	10,55	5,99	0,24		
			Geszti Eszti	383,72	91,80	1,02	3,15	2,85	14,31	8,52	0,03		
			Összesen:	3 081,20	737,13	34,63	18,26	5,40	106,56	32,90	2,43		
2023. 06. 02. péntek (00589)	E	Felső laktózmentes Komló	Babgulyás	1 246,02	298,09	19,29	11,16	2,29	29,68	0,15	1,40		
			Meggyes pite (TEJMENTES)	2 711,31	648,64	11,20	19,63	8,41	106,36	31,52	0,93		
			Összesen:	3 957,33	946,73	30,49	30,79	10,70	136,04	31,67	2,33		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!