



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	(00535) Felső Komló	E	Karfiollevés	538,73	128,88	4,25	6,42	2,35	13,39	1,07	0,30		
			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		
			Összesen:	3 026,51	724,04	37,77	26,13	6,92	83,21	3,65	1,77		
2023. 05. 31. szerda	(00535) Felső Komló	E	Zöldséges rizsleves	281,98	67,46	1,82	1,11	0,13	12,31	0,05	0,12		
			Dinó figurák	762,43	182,40	6,65	9,65	1,92	16,13	0,51	0,90		
			Zöldborsófőzelék	1 067,05	255,28	13,42	6,93	0,96	34,17	1,70	0,28		
			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:	2 953,09	706,49	28,25	19,61	3,37	99,93	2,44	1,85		
2023. 06. 01. csütörtök	(00535) Felső Komló	E	Paradicsom leves	772,99	184,93	3,34	4,31	0,52	33,37	19,38	0,30		
			Pírtott baconos sertésborda	1 140,09	272,75	20,34	18,48	4,83	6,00	0,43	0,73		
			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		
			Összesen:	3 130,30	748,88	31,18	24,18	5,52	100,10	25,80	1,69		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 06. 02. péntek (00535) Felső Komló	E	Babgulyás	1 388,13	332,09	21,57	11,29	2,31	35,57	0,15	0,82		
		Túrós batyú	1 212,20	290,00	6,90	12,80	6,60	36,50	8,60	0,48		
		Fehér kenyér	358,20	85,69	2,85	0,30	0,00	17,25	0,03	0,45		
		Összesen:	2 958,53	707,78	31,32	24,39	8,91	89,32	8,78	1,75		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!