



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2023.09.18. - 2023.09.24.

	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. 09. 18. hétfő	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldségleves (gluténmentes)	345,96	82,77	1,27	2,53	0,28	13,50	0,00	1,10		
			Gyümölcs mártás, Főtt burgonya (gluténmentes)	2 249,48	538,15	8,51	17,07	4,84	84,95	19,03	1,31	 	
			Főtt hús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	1,19		
			Összesen:	3 261,14	780,18	30,78	27,70	8,01	98,85	19,03	3,60		
2023. 09. 19. kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldborsóleves (gluténmentes)	576,39	137,89	4,80	2,93	0,30	22,62	0,02	0,90		
			Tejszínes baconos csirkés tészta (gluténmentes)	2 836,73	678,64	34,77	26,25	12,12	73,61	0,03	2,23	 	
			Körte	177,08	42,36	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		
			Összesen:	3 590,20	858,89	39,89	29,42	12,42	105,83	0,05	3,13		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 09. 20. szerda (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Köménymaglevés (gluténmentes)	843,96	201,28	1,45	4,04	0,41	39,09	0,04	1,18		
			Lencsefőzelék (gluténmentes)	2 006,20	479,95	23,46	13,39	3,22	65,18	1,34	0,64		
			Sertéspörkölt (GLUTÉNMENTES)	806,92	193,04	17,31	12,12	2,94	3,40	0,14	0,83		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
			Gluténmentes baguett	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		
			Összesen:	4 493,91	1 073,65	43,54	30,12	6,57	154,12	1,52	2,66		
2023. 09. 21. csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Gyrosos pulykasült (gluténmentes)	791,47	189,35	24,69	9,95	2,26	0,19	0,00	0,85		
			Rostos almalé (100%-os)	579,67	138,68	0,18	0,00	0,00	35,00	0,00	0,02		
			Petrezselymes burgonya	1 099,68	263,08	6,86	1,48	0,17	54,25	0,00	0,42		
			Uborka saláta	158,61	37,95	1,48	0,14	0,00	7,65	5,00	0,15		
			Geszti Eszti	383,72	91,80	1,02	3,15	2,85	14,31	8,52	0,03		
			Összesen:	3 013,15	720,86	34,23	14,72	5,28	111,40	13,52	1,47		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 09. 22. péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Becsinált leves (gluténment.)	1 084,48	259,44	17,51	14,24	4,78	14,75	0,99	1,43	    	
		Tejberizs fahéjas szóráttal	2 768,34	662,28	13,24	5,02	2,50	140,34	66,94	0,78		
		Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
		Összesen:	4 203,84	1 005,70	31,79	19,34	7,28	174,45	67,93	2,25		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!