



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2023.09.25. - 2023.10.01.

	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. 25. hétfő	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Burgonyaleves (gluténmentes)	633,91	151,65	2,68	3,33	0,36	27,12	0,07	1,08	 	
			Sült csirkecomb (gluténmentes)	671,55	160,66	22,99	7,28	1,63	0,57	0,02	1,24		
			Tökfőzelék (gluténmentes)	1 129,33	270,18	5,18	12,91	3,53	32,31	1,06	1,11	 	
			Gluténmentes baguett	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		
			Összesen:	3 155,29	754,04	31,85	23,77	5,52	100,85	1,15	3,43		
2023. 09. 26. kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldséges zellerleves (gluténment.)	405,64	97,04	1,76	2,36	0,24	16,60	0,02	0,95	 	
			Halfilé bakonyi módra (gluténmentes)	1 162,48	278,11	19,55	17,50	5,32	9,20	1,25	1,50	  	
			Párolt rizs (gluténmentes)	1 583,64	378,86	7,20	7,70	0,90	69,75	0,00	1,19		
			Szőlő	269,63	64,50	0,48	0,24	0,00	14,48	0,00	0,00		
			Összesen:	3 421,39	818,51	28,99	27,80	6,46	110,03	1,27	3,64		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 09. 27. szerda	Szakiskola gluténmentes Komló (00582)	E	Zöldségleves (gluténmentes)	345,96	82,77	1,27	2,53	0,28	13,50	0,00	1,10		
			Vagdalt szelet (gluténmentes)	1 364,13	326,10	14,53	21,87	6,87	17,28	0,00	0,83		
			Zöldbabfőzelék (gluténmentes)	1 172,44	280,49	7,93	14,14	4,28	29,41	1,35	0,87	 	
			Gluténmentes baguett	720,50	171,55	1,00	0,25	0,00	40,85	0,00	0,00		
			Összesen:	3 603,03	860,91	24,73	38,79	11,43	101,04	1,35	2,80		
2023. 09. 28. csütörtök	Szakiskola gluténmentes Komló (00582)	E	Paradicsom leves (gluténmentes)	771,17	184,49	1,42	5,11	0,57	33,36	20,25	0,82	 	
			Párizsi csirkemell (gluténmentes)	1 268,56	303,48	30,38	9,31	1,46	23,48	0,12	1,45	  	
			Kukoricás rizs (gluténmentes)	1 599,06	382,55	8,89	6,90	0,84	70,77	0,00	0,80		
			Káposzta saláta	250,08	59,83	1,98	0,28	0,03	11,97	5,00	0,24		
			Összesen:	3 888,87	930,35	42,67	21,60	2,90	139,58	25,37	3,31		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 09. 29. péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Májgaluska leves (gluténmentes)	1 016,87	243,27	17,19	8,27	1,55	24,37	0,02	1,18		
		Mákos metélt (gluténmentes)	2 720,87	650,93	7,75	19,59	3,85	110,14	29,97	1,64		
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	3 854,07	922,03	25,26	28,18	5,40	140,11	29,99	2,83		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!