



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2023.10.02. - 2023.10.08.

	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. 10. 02. hétfő	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldségleves (gluténmentes)	345,96	82,77	1,27	2,53	0,28	13,50	0,00	1,10		
			Csirkepörkölt (gluténmentes)	920,18	220,14	22,20	11,82	1,95	4,44	0,22	1,16		
			Felesborsófőzelék (gluténmentes)	1 406,58	336,50	16,47	5,83	0,72	53,62	0,08	1,00		
			Gluténmentes baguett	489,06	117,00	0,42	2,34	0,60	23,52	0,00	0,78		
			Összesen:	3 161,78	756,41	40,36	22,52	3,55	95,08	0,30	4,04		
2023. 10. 03. kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Brokkolikrémleves (gluténmentes)	520,32	124,48	5,14	4,44	0,78	15,48	0,06	0,88		
			Mustáros sertésragu (gluténmentes)	1 233,81	295,17	24,67	18,78	6,20	6,39	1,34	1,25		
			Párolt rizs (gluténmentes)	1 583,64	378,86	7,20	7,70	0,90	69,75	0,00	1,19		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	3 483,18	833,30	37,41	31,32	7,88	98,62	1,40	3,33		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 10. 04. szerda (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Almalé	386,00	91,90	0,10	0,10	0,00	22,60	11,00	0,00		
			Majorannás csirkecomb	620,33	148,40	20,94	6,78	1,50	0,71	0,02	1,22		
			Hagymás törtburgonya	1 256,54	300,61	6,73	6,11	0,70	53,32	0,00	0,23		
			Szőlő	337,04	80,63	0,60	0,30	0,00	18,10	0,00	0,01		
			Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75		
			Összesen:	2 754,57	658,54	29,07	13,39	2,20	102,93	17,22	2,21		
2023. 10. 05. csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves (gluténmentes)	412,33	98,64	2,20	2,87	0,31	15,72	0,02	0,77		
			Bolognai spagetti (gluténmentes)	2 990,93	715,53	24,23	34,67	12,33	75,88	6,90	1,98		
			Összesen:	3 403,26	814,17	26,43	37,54	12,64	91,60	6,92	2,75		



.....

Üzletvezető	Konyhafőnök
-------------	-------------

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!