



	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. 16. hétfő	(00537)	E	Felső tejmentes Komló	Zöldségleves	301,47	71,99	1,99	2,23	0,30	10,66	0,07	1,09		
			Szicíliai húsgolyók	1 118,66	267,62	12,26	18,91	5,63	11,98	6,95	0,33			
			Masni tészta	1 372,57	328,37	9,60	5,52	0,93	60,00	0,00	0,20			
			Szőlő	269,63	64,50	0,48	0,24	0,00	14,48	0,00	0,00			
			Összesen:	3 062,33	732,48	24,33	26,90	6,86	97,12	7,02	1,62			
2023. 10. 17. kedd	(00537)	E	Felső tejmentes Komló	Zöldborsóleves	489,84	117,03	5,11	2,45	0,30	18,19	0,08	1,17		
			Sertéspörkölt	922,10	220,60	19,52	13,87	3,34	4,09	0,18	0,67			
			Párolt rizs	1 438,86	344,23	6,40	7,67	0,89	62,00	0,00	1,00			
			Csemege uborka	48,00	11,48	0,48	0,08	0,00	1,92	1,52	0,80			
			Összesen:	2 898,80	693,34	31,51	24,07	4,53	86,20	1,78	3,64			
2023. 10. 18. szerda	(00537)	E	Felső tejmentes Komló	Csontleves	290,94	69,60	2,84	1,49	0,02	11,04	0,00	1,58		
			Spenót, Főtt burgonya (TEJMENTES)	1 398,97	334,68	9,85	8,59	0,89	53,47	2,00	0,79			
			Főtt tojás	514,50	123,09	8,25	7,35	2,25	0,53	0,30	0,27			
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54			



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 10. 18.	(00537)	E	Gesztenye Marci	373,69	89,40	1,14	3,15	2,79	14,01	8,70	0,01		
			Összesen:	3 245,23	776,37	27,96	22,02	6,31	107,97	11,18	3,19		
2023. 10. 19.	(00537)	E	Toscan bablevés (tejmentes)	1 236,20	162,44	13,11	9,16	2,29	40,72	1,99	0,36		
			Csirkecomfilé zöldséges bulgurral	1 757,76	386,65	28,50	8,32	1,49	60,27	0,14	2,36		
			Szilva	276,82	66,23	0,77	0,19	0,00	14,41	0,00	0,01		
			Alpro vaníliás desszert	363,66	87,00	4,00	2,25	0,38	17,75	13,75	0,18		
			Összesen:	3 634,44	702,32	46,38	19,92	4,16	133,15	15,88	2,91		
2023. 10. 20.	(00537)	E	Gulyásleves	896,22	214,41	13,58	8,16	1,93	21,11	0,19	1,22		
			Szilváslepény (TEJMENTES)	2 892,15	691,90	14,11	20,33	2,16	111,95	20,30	0,81		
			Vizes zsemle	695,20	166,32	5,61	0,66	0,00	33,16	0,11	0,60		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	4 628,98	1 107,42	33,70	29,55	4,09	173,22	20,60	2,64		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!