



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2023.11.13. - 2023.11.19.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 11. 13. hétfő (00589) Felső laktózmentes Komló	E	Daragaluskaleves	522,44	124,99	2,54	6,11	0,73	14,70	0,00	0,91		
		Sertéspörkölt	922,10	220,60	19,52	13,87	3,34	4,09	0,18	0,48		
		Magyaros burgonyafőzelék	980,83	234,65	5,59	4,21	0,47	42,64	0,00	1,00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45		
		Összesen:	2 981,31	713,24	32,55	25,39	4,84	85,53	0,33	2,84		
2023. 11. 14. kedd (00589) Felső laktózmentes Komló	E	Zöldborsóleves	489,84	117,03	5,11	2,45	0,30	18,19	0,08	1,17		
		Zöldséges csirkés penne (tejmentes)	1 924,30	460,36	36,20	7,87	1,94	62,65	0,34	1,02		
		Gesztenye Marci	373,69	89,40	1,14	3,15	2,79	14,01	8,70	0,01		
		Körte	221,35	52,95	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
		Összesen:	3 009,18	719,74	42,85	13,77	5,03	106,85	9,12	2,21		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 11. 15. szerda (00589) Felsősz laktóentes Komló	E	Csontleves	290,94	69,60	2,84	1,49	0,02	11,04	0,00	1,58		
		Vagdalt szelet	1 123,17	268,70	13,14	17,78	5,53	13,33	0,10	1,00		
		Fehérbabfőzelék	1 340,86	320,78	17,06	6,46	0,75	48,23	0,00	0,21		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45		
		Szőlő	269,63	64,50	0,48	0,24	0,00	14,48	0,00	0,00		
		Összesen:	3 580,54	856,58	38,42	27,17	6,60	111,18	0,25	3,24		
2023. 11. 16. csütörtök (00589) Felsősz laktóentes Komló	E	Paradicsom leves	725,45	173,55	3,10	4,28	0,52	30,84	18,39	0,89		
		Tavaszi rizseshús	2 155,96	515,78	25,24	15,23	3,31	68,74	0,00	1,81		
		Csemege uborka	48,00	11,48	0,48	0,08	0,00	1,92	1,52	0,80		
		Almapüré	221,54	53,00	0,30	0,00	0,00	12,00	12,00	0,00		
		Összesen:	3 150,95	753,81	29,12	19,59	3,83	113,50	31,91	3,50		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 11. 17. péntek (00589) Felső laktómentes Komló	E	Palócleves (TEJMENTES)	910,10	217,73	13,85	9,06	1,99	19,66	0,09	1,43	
		Kakaós csiga (TEJMENTES)	2 680,71	641,32	13,81	11,03	1,50	120,76	40,64	0,58	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		Összesen:	3 736,22	893,84	28,06	20,49	3,49	147,42	40,73	2,02	

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!