



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2023.11.13. - 2023.11.19.

	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. 11. 13. hétfő	Felső diab.-gluténmentes Komló (00622)	E	Zöldségleves (gluténmentes)	182,26	43,60	0,94	1,98	0,23	5,34	0,00	1,09		
			Sertéspörkölt (gluténmentes)	922,10	220,60	19,52	13,87	3,34	4,09	0,18	0,48		
			Burgonyafőzelék (diab.-gluténment)	1 053,90	252,13	4,77	8,36	2,86	38,35	1,02	1,03		
			Összesen:	2 158,26	516,33	25,23	24,21	6,43	47,78	1,20	2,60		
2023. 11. 14. kedd	Felső diab.-gluténmentes Komló (00622)	E	Zöldborsóleves (gluténmentes)	352,32	84,29	3,68	2,27	0,24	11,95	0,01	0,97		
			Zöldséges csirkés tészta (diab-gluténmentes)	1 660,02	397,13	31,77	12,54	5,56	38,97	0,18	0,98		
			Összesen:	2 012,34	481,42	35,45	14,81	5,80	50,92	0,19	1,95		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 11. 15. szerda (00622) Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Csontleves (gluténmentes)	199,27	47,67	1,76	1,16	0,02	7,56	0,00	1,87		
		Vagdalt szelet (gluténmentes)	996,86	238,38	11,13	17,32	5,43	9,15	0,00	0,79		
		Kelkáposztafőzelék (gluténmentes)	879,54	210,42	6,28	6,10	0,66	31,63	0,08	0,90		
		Összesen:	2 075,67	496,47	19,17	24,58	6,11	48,34	0,08	3,56		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 11. 16. csütörtök (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Paradicsom leves (gluténmentes)	360,47	86,24	1,14	4,15	0,47	11,24	18,42	0,82	 	
		Tavaszi rizseshús (diab-gluténment.)	1 475,21	352,92	19,94	13,37	2,90	37,70	0,00	1,78		
		Összesen:	1 835,68	439,16	21,08	17,52	3,37	48,94	18,42	2,60		



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 11. 17. péntek (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Palócleves (diab-gluténmentes)	942,70	225,53	13,46	12,18	3,95	14,98	0,91	1,46	 	
		Sült csirkecomb (gluténmentes)	801,32	191,70	23,12	10,40	1,97	1,18	0,00	1,25		
		Sárgarépás rizs (diab.)	875,12	209,36	3,56	6,68	0,77	33,43	0,00	0,85		
		Összesen:	2 619,14	626,59	40,14	29,26	6,69	49,59	0,91	3,56		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!