



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2023.12.04. - 2023.12.10.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 12. 04. hétfő	(00589) Felső laktózmentes Komló	E Tojásleves	312,20	74,69	2,80	4,62	0,75	5,39	0,00	0,35		
		Párolt sertésszelet	825,84	197,57	19,36	11,99	3,13	2,84	0,14	0,83		
		Színesfőzelék (tejmentes)	1 010,82	241,82	6,79	11,76	0,77	26,37	3,49	1,09		
		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:	2 974,43	711,58	34,33	29,81	4,95	73,18	3,78	2,72		
2023. 12. 05. kedd	(00589) Felső laktózmentes Komló	E Csontleves	290,94	69,60	2,84	1,49	0,02	11,04	0,00	1,58		
		Rántott csirkemell (TEJMENTES)	1 226,90	293,52	28,52	10,27	1,38	21,16	0,36	1,15		
		Rizi-bizi	1 590,52	380,51	9,25	7,83	0,89	67,72	0,00	0,81		
		Céklasaláta	123,73	29,60	0,56	0,08	0,00	6,56	4,96	0,60		
		Összesen:	3 232,09	773,23	41,17	19,67	2,29	106,48	5,32	4,14		



# ISKOLA ÉTTEREM

2023. 12. 06. szerda (00589) Felső laktómentes Komló		E										
		Daragaluskaleves	522,44	124,99	2,54	6,11	0,73	14,70	0,00	0,91		
		Vagdalt szelet	1 123,17	268,70	13,14	17,78	5,53	13,33	0,10	1,00		
		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		
		Körte	177,08	42,36	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		
		Összesen:	3 359,46	803,70	26,49	29,54	7,03	104,37	0,25	3,36		
2023. 12. 07. csütörtök (00589) Felső laktómentes Komló		E										
		Zellerkrémleves (TEJMENTES)	436,92	104,53	2,26	3,43	0,35	15,65	0,99	0,93		
		Csirkepörkölt	795,52	190,32	19,15	10,28	1,69	3,73	0,18	1,00		
		Tészta köret	1 492,95	357,17	10,40	6,40	1,01	64,00	0,88	0,56		
		Uborka saláta	118,55	28,36	1,01	0,10	0,00	5,83	4,00	0,13		
		Almapüré	221,54	53,00	0,30	0,00	0,00	12,00	12,00	0,00		
		Összesen:	3 065,48	733,38	33,12	20,21	3,05	101,21	18,05	2,62		



# ISKOLA ÉTTEREM

2023. 12. 08. péntek (00589) Felső laktómentes Komló	E	Tárkonyos halgombóclevés (TEJMENTES)	708,55	169,51	11,95	6,52	1,10	14,99	0,00	0,99		
		Meggyes pite (TEJMENTES)	2 711,31	648,64	11,20	19,63	8,41	106,36	31,52	0,93		
		Összesen:	3 419,86	818,15	23,15	26,15	9,51	121,35	31,52	1,92		

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!