



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.04.08. - 2024.04.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 08. hétfő (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Zöldséges zöldbableves (gluténmentes)	441,70	105,67	2,52	2,38	0,24	18,16	0,09	0,89		
	Savanyú vetreце (gluténmentes)	1 205,56	288,41	24,10	15,83	5,75	11,80	2,55	1,24	 	
	Párolt rizs (gluténmentes)	1 583,64	378,86	7,20	7,70	0,90	69,75	0,00	1,19		
	Összesen:	3 230,90	772,94	33,82	25,91	6,89	99,71	2,64	3,32		
2024. 04. 09. kedd (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Brokkolikrémleves (gluténmentes)	520,32	124,48	5,14	4,44	0,78	15,48	0,06	0,29	 	
	Vagdalt szelet (gluténmentes)	1 276,74	305,44	14,18	21,83	6,82	12,05	0,35	1,07		
	Mexikói rizs	1 767,22	422,78	9,18	8,77	1,00	76,00	0,00	1,00		
	Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,10	0,00	2,40	1,90	1,00		
Összesen:	3 624,28	867,05	29,10	35,14	8,60	105,93	2,31	3,36			



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 10. szerda (00582) Szakiskola gluténmentes Komló												
E	Zöldséges rizsleves (gluténmentes)	353,82	84,65	2,22	1,61	0,19	15,03	0,00	0,93			
	Köményes sertéssült csíkok (gluténmentes)	1 077,95	257,88	24,58	15,26	3,98	5,15	0,19	0,83			
	Paradicsomos káposzta (gluténmentes)	1 463,23	350,05	6,09	9,09	1,03	60,58	33,56	1,11			
	Gluténmentes baguett	512,05	122,50	1,45	1,55	0,20	23,50	1,15	0,85			
	Összesen:	3 407,05	815,08	34,34	27,51	5,40	104,26	34,90	3,72			
2024. 04. 11. csütörtök (00582) Szakiskola gluténmentes Komló												
E	Almalé	386,00	91,90	0,10	0,10	0,00	22,60	11,00	0,00			
	Afrikai harcsapörkölt (gluténmentes)	750,20	179,47	18,13	9,68	0,85	4,66	0,22	1,09			
	Párolt rizs (gluténmentes)	1 583,64	378,86	7,20	7,70	0,90	69,75	0,00	1,19			
	Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06			
	Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75			
	Összesen:	3 313,27	792,20	27,43	17,68	1,75	129,41	17,42	3,09			



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 12. péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Húsgombóclevés (gluténment.)	1 321,86	316,23	15,61	19,77	5,78	18,41	0,00	1,39	
		Mákos metélt (gluténmentes)	2 720,87	650,93	7,75	19,59	3,85	110,14	29,97	1,64	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		Összesen:	4 188,14	1 001,95	23,76	39,76	9,63	135,55	29,97	3,04	

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!