



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.04.08. - 2024.04.14.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 08. hétfő (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.Komló	E Zöldséges zöldbaleves (gluténmentes)	441,70	105,67	2,52	2,38	0,24	18,16	0,09	0,89		
	Savanyú vetreце (tej-gluténmentes)	1 007,09	240,93	22,27	11,83	3,27	10,78	1,59	0,41		
	Párolt rizs (gluténmentes)	1 583,64	378,86	7,20	7,70	0,90	69,75	0,00	1,19		
	Összesen:	3 032,43	725,46	31,99	21,91	4,41	98,69	1,68	2,49		
2024. 04. 09. kedd (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.Komló	E Brokkolikrémleves (TEJ-GUTÉNMENTES)	537,21	128,52	3,35	5,85	0,62	15,21	1,37	0,23		
	Vagdalt szelet (tej-tojás-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:	3 641,17	871,09	27,31	36,55	8,44	105,66	3,62	3,30			



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 10. szerda (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.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		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 11. csütörtök (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.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	
		Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75	
		Körte	221,35	52,95	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01	
		Összesen:	3 095,85	740,18	26,53	17,88	1,75	117,21	17,42	3,04	



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 12. péntek (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.Komló	E	Húsgombóclevés (tojás-gluténmentes)	1 294,24	309,63	15,07	19,29	5,66	18,39	0,00	1,38	
		Sült csirkecomb (gluténmentes)	671,55	160,66	22,99	7,28	1,63	0,57	0,02	1,24	
		Hagymás törtburgonya	1 374,13	328,74	7,48	6,17	0,70	59,32	0,00	0,24	
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01	
		Összesen:	3 485,33	833,82	45,94	33,14	7,99	85,28	0,02	2,87	

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!