



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 (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E Zöldséges zöldbableves (diab-gluténmentes)	297,91	71,27	1,96	1,77	0,18	11,58	0,08	0,88		
	Tavaszi rizseshús (diab-gluténment.)	1 475,21	352,92	19,94	13,37	2,90	37,70	0,00	1,78		
	Összesen:	1 773,12	424,19	21,90	15,14	3,08	49,28	0,08	2,66		
2024. 04. 09. kedd (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E Brokkolikrémleves (diab-gluténmentes)	401,60	96,08	4,01	3,95	0,64	10,77	0,04	0,27	 	
	Vagdalt szelet (gluténmentes)	971,84	232,50	11,19	17,47	5,45	7,06	0,14	0,89		
	Párolt vegyes zöldség (gluténment.)	602,24	8,60	8,44	1,54	0,14	23,54	0,00	6,98		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	2 121,09	371,97	24,04	23,36	6,23	48,37	0,18	8,15		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 10. szerda (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves (gluténmentes)	236,71	56,63	1,56	1,09	0,13	9,92	0,00	1,11		
		Paradicsomos káposzta (gluténment.)	1 051,90	251,65	5,60	9,24	1,03	35,99	26,90	0,90		
		Köményes sertéssült csíkok (gluténmentes)	891,42	213,26	20,29	12,64	3,29	4,25	0,16	0,79		
		Összesen:	2 180,03	521,54	27,45	22,97	4,45	50,16	27,06	2,80		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 11. csütörtök (00622)		Felső diab.-gluténmentes Komló									
E	Zöldségleves (gluténmentes)	182,26	43,60	0,94	1,98	0,23	5,34	0,00	1,09		
	Párolt rizs (diab.-gluténmentes)	789,60	188,90	3,20	5,69	0,66	31,00	0,00	0,30		
	Vitamin saláta (diab.)	104,02	24,89	1,17	0,14	0,02	4,55	6,00	0,24		
	Afrikai harcsapörkölt (gluténmentes)	631,58	151,09	14,84	8,34	0,74	3,91	0,18	1,02		
	Összesen:	1 707,46	408,48	20,15	16,15	1,65	44,80	6,18	2,65		
2024. 04. 12. péntek (00622)		Felső diab.-gluténmentes Komló									
E	Húsgombóclevés (diab.-gluténmentes)	978,13	234,00	12,32	15,29	4,68	11,35	0,00	0,37		
	Mákos metélt (diab.-gluténmentes)	1 224,36	292,91	4,82	13,52	2,64	37,63	20,00	1,45		
	Összesen:	2 202,49	526,91	17,14	28,81	7,32	48,98	20,00	1,82		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM