



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.04.15. - 2024.04.21.

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. 15. hétfő (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Zellerkrémleves (gluténmentes)	545,81	130,58	3,45	6,14	0,98	14,49	0,04	1,01		
	Mustáros kakukkfűves sertésragu (gluténment.)	1 040,87	249,01	21,69	15,22	3,68	5,90	0,42	1,19		
	Petrezselymes burgonya	1 138,87	272,46	7,11	1,50	0,18	56,25	0,00	0,43		
	Alpro vaníliás desszert	363,66	87,00	4,00	2,25	0,38	17,75	13,75	0,18		
	Összesen:	3 089,21	739,05	36,25	25,11	5,22	94,39	14,21	2,81		
2024. 04. 16. kedd (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Zöldborsóleves (gluténmentes)	576,39	137,89	4,80	2,93	0,30	22,62	0,02	0,90		
	Csirkés carbonara (gluténmentes)	1 222,31	292,42	22,17	17,40	6,17	9,88	0,03	1,20		
	Tészta köret (gluténmentes)	1 490,24	356,52	1,60	6,27	0,63	73,00	0,00	0,94		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	3 434,35	821,62	28,97	27,00	7,10	112,50	0,05	3,05		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 17. szerda (00582) Szakiskola gluténmentes Komló		E										
		Csontleves (gluténmentes)	317,86	76,04	2,37	1,66	0,02	12,94	0,00	1,69		
		Párizsi csirkemell (gluténmentes)	1 268,56	303,48	30,38	9,31	1,46	23,48	0,12	1,45	 	
		Sárgarépás barnarizs	1 672,52	398,64	7,58	8,69	1,01	72,34	0,00	1,26		
		Vegyes vágott savanyúság	83,16	19,90	1,10	0,20	0,10	3,40	0,00	0,60		
		Összesen:	3 342,10	798,06	41,43	19,86	2,59	112,16	0,12	5,00		
2024. 04. 18. csütörtök (00582) Szakiskola gluténmentes Komló		E										
		Zöldséges karfiollevés (gluténmentes)	412,33	98,64	2,20	2,87	0,31	15,72	0,02	0,77		
		Hentes tokány (gluténment.)	1 094,17	261,76	22,08	16,75	4,64	5,27	0,90	1,51	 	
		Tört burgonya	979,87	234,42	6,25	0,50	0,06	50,00	0,00	0,62		
		Körte	221,35	52,95	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
		Almalé	386,00	91,90	0,10	0,10	0,00	22,60	11,00	0,00		
		Összesen:	3 093,72	739,67	31,03	20,52	5,01	105,59	11,92	2,91		

