



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.04.22. - 2024.04.28.

	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. 22. hétfő (00614)	E Felsős gombamentes Komló	Karalábéleves	552,77	132,09	4,17	5,39	2,26	16,36	1,69	0,82		
		Tavaszi rizseshús	2 155,96	515,78	25,24	15,23	3,31	68,74	0,00	1,81		
		Amerikai káposztasaláta	518,53	124,05	1,70	8,35	1,48	10,35	3,73	0,97		
		Összesen:	3 227,26	771,92	31,11	28,97	7,05	95,45	5,42	3,60		
2024. 04. 23. kedd (00614)	E Felsős gombamentes Komló	Daragaluskaleves	534,70	127,92	2,68	6,14	0,73	15,16	0,08	0,53		
		Baconos-sajtos hal	1 158,72	277,21	20,98	18,51	7,60	5,67	0,80	1,51		
		Spagetti	1 494,64	357,57	12,00	8,29	1,13	58,32	0,00	0,76		
		Összesen:	3 188,06	762,70	35,66	32,94	9,46	79,15	0,88	2,80		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 24. szerda (00614)		Felsősgombamentes Komló								
E	Zöldségleves	322,10	76,92	2,19	2,25	0,31	11,59	0,88	1,20	
	Miccs	1 573,63	376,47	19,50	33,14	11,03	0,00	0,00	1,80	
	Fehérbabfőzelék	1 478,36	353,67	17,72	9,46	2,70	49,04	0,80	0,24	
	Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45	
	Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01	
	Összesen:	4 046,36	967,89	44,63	46,37	14,34	90,33	1,83	3,70	
2024. 04. 25. csütörtök (00614)		Felsősgombamentes Komló								
E	Rostos almálé (100%-os)	579,67	138,68	0,18	0,00	0,00	35,00	0,00	0,02	
	Szezámós rántott csirkemell	1 780,96	426,07	33,26	21,33	2,92	24,51	0,36	0,68	
	Hagymás burgonyapüré	885,38	211,81	5,03	4,56	1,12	36,35	2,90	2,64	
	Csemege uborka	48,00	11,48	0,48	0,08	0,00	1,92	1,52	0,80	
	Összesen:	3 294,01	788,04	38,95	25,97	4,04	97,78	4,78	4,14	



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 26. péntek (00614) Felsősgombamentes Komló	E	Erdélyi csorbaleves	822,94	196,88	15,44	5,72	1,61	20,27	0,65	0,59		
		Túrós batyú	2 424,40	580,00	13,80	25,60	13,20	73,00	17,20	0,96		
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
		Összesen:	3 686,11	881,85	30,54	31,42	14,81	117,47	17,85	1,61		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!