



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.05.06. - 2024.05.12.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 06. hétfő (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Zöldségleves (gluténmentes)	345,96	82,77	1,27	2,53	0,28	13,50	0,00	1,10		
	Pulykasült	787,63	188,43	24,62	9,91	2,25	0,13	0,00	1,24		
	Petrezselymes burgonya	1 138,87	272,46	7,11	1,50	0,18	56,25	0,00	0,43		
	Uborka saláta	158,61	37,95	1,48	0,14	0,00	7,65	5,00	0,15		
	Alpro vaníliás desszert	363,66	87,00	4,00	2,25	0,38	17,75	13,75	0,18		
	Összesen:	2 794,73	668,61	38,48	16,33	3,09	95,28	18,75	3,10		
2024. 05. 07. kedd (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Narancslé	378,00	90,00	1,40	0,40	0,10	18,80	18,80	0,00		
	Rántott hal (gluténmentes)	1 457,96	348,79	18,95	18,24	2,89	25,41	0,05	0,89		
	Barna rizs	1 583,64	377,38	7,20	7,70	0,90	69,75	0,00	0,21		
	Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75		
	Összesen:	3 574,26	853,17	28,25	26,44	3,89	122,16	25,05	1,85		



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 08. szerda (00582) Szakiskola gluténmentes Komló												
E	Zöldséges karalábéleves (gluténment.)	467,80	111,91	2,12	3,29	0,36	18,10	0,02	0,92			
	Bakonyi sertésragu (gluténmentes)	1 232,33	294,82	22,17	18,45	6,46	9,54	1,25	1,24			
	Tészta köret (gluténmentes)	1 490,24	356,52	1,60	6,27	0,63	73,00	0,00	0,94			
	Körte	221,35	52,95	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01			
	Gesztenye Marci	373,69	89,40	1,14	3,15	2,79	14,01	8,70	0,01			
	Összesen:	3 785,41	905,60	27,43	31,46	10,24	126,65	9,97	3,12			
2024. 05. 09. csütörtök (00582) Szakiskola gluténmentes Komló												
E	Lebbencsleves (gluténmentes)	615,86	147,34	2,75	3,60	0,79	25,46	0,05	1,29			
	Aprópecsenye (gluténmentes)	903,31	216,10	21,42	12,84	3,42	3,44	0,35	1,00			
	Finomfőzelék	917,55	219,51	7,78	8,53	1,25	27,16	2,05	0,97			
	Gluténmentes baguett	512,05	122,50	1,45	1,55	0,20	23,50	1,15	0,85			
	Összesen:	2 948,77	705,45	33,40	26,52	5,66	79,56	3,60	4,11			



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 10. péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Becsinált leves (gluténment.)	1 084,48	259,44	17,51	14,24	4,78	14,75	0,99	1,43	    	
		Burgonyás tészta (gluténmentes)	2 193,99	524,88	6,20	9,38	0,99	102,57	0,27	0,58		
		Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,10	0,00	2,40	1,90	1,00		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Alpro vaníliás desszert	363,66	87,00	4,00	2,25	0,38	17,75	13,75	0,18		
		Összesen:	3 847,54	920,46	28,71	26,37	6,15	144,47	16,91	3,20		

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!