



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 (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.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 vaniliás desszert	363,66	87,00	4,00	2,25	0,38	17,75	13,75	0,18		
	Szőlő	337,04	80,63	0,60	0,30	0,00	18,10	0,00	0,01		
	Összesen:	3 131,77	749,24	39,08	16,63	3,09	113,38	18,75	3,11		
2024. 05. 07. kedd (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.Komló	E Almalé	386,00	91,90	0,10	0,10	0,00	22,60	11,00	0,00		
	Rostonhal (GLUTÉNMENTES)	636,33	152,23	15,23	9,65	1,73	0,00	0,00	0,64		
	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		
	Szőlő	337,04	80,63	0,60	0,30	0,00	18,10	0,00	0,01		
	Összesen:	3 097,67	739,14	23,83	17,85	2,63	118,65	17,20	1,61		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 08. szerda (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.Komló		E	Zöldséges karalábéleves (gluténment.)	467,80	111,91	2,12	3,29	0,36	18,10	0,02	0,92		
			Gombás sertésragu (tej-gluténmentes)	1 068,05	255,52	21,39	14,85	4,12	8,58	0,29	1,21		
			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:	3 621,13	866,30	26,65	27,86	7,90	125,69	9,01	3,09		
2024. 05. 09. csütörtök (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.Komló		E	Lebbencsleves (gluténmentes)	615,86	147,34	2,75	3,60	0,79	25,46	0,05	1,29		
			Finomfőzelék (TEJMENTES)	894,70	214,04	6,12	8,18	0,89	28,31	3,37	0,91		
			Aprópecsenye (gluténmentes)	903,31	216,10	21,42	12,84	3,42	3,44	0,35	1,00		
			Gluténmentes baguett	512,05	122,50	1,45	1,55	0,20	23,50	1,15	0,85		
			Összesen:	2 925,92	699,98	31,74	26,17	5,30	80,71	4,92	4,05		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 10. péntek (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.Komló	E	Becsinált leves (tej-tojás-gluténmentes)	935,16	223,72	16,13	10,02	2,30	16,77	0,02	1,38		
		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:	3 698,22	884,74	27,33	22,15	3,67	146,49	15,94	3,15		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!