



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 (00535) Felső Komló	E	Tavaszi zöldségleves vajgaluskával	454,23	108,67	3,94	4,40	1,18	13,15	0,82	0,89		
		Gyros, Tsatsiki, Petr.burgonya	2 242,89	536,58	35,89	15,96	3,87	60,03	0,00	0,65		
		Pírtott pita	568,63	136,04	4,55	2,69	0,21	22,04	0,50	0,50		
		Összesen:	3 265,75	781,29	44,38	23,05	5,26	95,22	1,32	2,04		
2024. 05. 07. kedd (00535) Felső Komló	E	Narancslé	378,00	90,00	1,40	0,40	0,10	18,80	18,80	0,00		
		Flekken szelet	895,27	214,18	19,61	12,96	3,24	4,54	0,17	1,08		
		Kukoricás rizs	1 485,99	355,50	7,76	8,58	1,03	61,34	0,59	0,88		
		Céklasaláta	123,73	29,60	0,56	0,08	0,00	6,56	4,96	0,60		
		Összesen:	2 882,99	689,28	29,33	22,02	4,37	91,24	24,52	2,56		
2024. 05. 08. szerda (00535) Felső Komló	E	Zöldséges karalábéleves	404,59	96,64	3,17	2,36	0,32	15,27	0,89	1,01		
		Halfilé bakonyi módra	977,47	233,85	17,36	14,42	4,39	7,53	1,02	0,63		
		Bulgur	1 355,30	324,23	9,83	6,63	0,82	60,70	0,00	0,23		
		Körte	221,35	52,95	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01		
		Összesen:	2 958,71	707,67	30,76	23,71	5,53	95,50	1,91	1,88		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 09. csütörtök											
(00535) Felső Komló											
E	Lebbencsleves	630,28	150,79	3,64	5,34	1,31	21,54	0,69	1,25		
	Aprópecsenye	824,52	197,25	19,33	11,97	3,13	2,84	0,26	0,78		
	Finomfőzelék	791,29	189,30	7,49	6,84	1,01	24,07	2,24	1,01		
	Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
	Összesen:	2 913,22	696,94	36,34	25,59	5,81	77,37	3,37	3,58		
2024. 05. 10. péntek											
(00535) Felső Komló											
E	Becsinált leves	878,64	210,20	15,13	10,59	3,85	13,27	1,34	1,27		
	Mákos metélt	2 461,69	588,92	17,13	17,84	3,63	89,27	24,98	1,88		
	Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
	Összesen:	3 456,66	826,95	32,58	28,75	7,48	108,14	26,32	3,16		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!