



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.05.13. - 2024.05.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 13. hétfő (00559) Alsós tejrmentes-fruktózszege.Komló	E Zöldségleves	251,74	60,11	1,71	1,71	0,23	9,19	0,06	1,07		
	Húspogácsa szelet	850,32	203,43	10,70	13,27	4,44	9,79	0,09	0,44		
	Hagymás törtburgonya	1 134,80	271,48	6,17	5,14	0,59	48,91	0,00	0,23		
	Káposzta saláta (szőlőcukorral)	150,29	35,96	1,15	0,16	0,02	7,22	0,00	0,71		
	Összesen:		2 387,15	570,98	19,73	20,28	5,28	75,11	0,15	2,45	
2024. 05. 14. kedd (00559) Alsós tejrmentes-fruktózszege.Komló	E Fokhagymakrém leves (tejrmentes)	347,70	83,18	1,58	2,86	0,30	12,74	1,32	0,79		
	Bechameles csirkeragu (tejrmentes)	616,07	147,39	20,39	4,73	0,64	5,65	0,50	0,35		
	Tészta köret	1 328,26	317,77	9,10	6,18	0,95	56,00	0,77	0,54		
	Natúr kókuszgurt	421,34	100,80	0,72	7,32	6,84	7,20	0,72	0,08		
	Összesen:		2 713,37	649,14	31,79	21,09	8,73	81,59	3,31	1,76	



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 15. szerda (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Zöldséges reszeltészta leves	300,81	71,96	2,21	1,53	0,19	12,15	0,00	1,28		
		Sertéspörkölt	806,92	193,04	17,31	12,12	2,94	3,40	0,14	0,44		
		Felesborsófőzelék	925,07	221,31	12,05	4,13	0,52	33,71	0,00	1,00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45		
		Összesen:	2 588,74	619,31	36,47	18,98	3,95	73,36	0,29	3,17		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 16. csütörtök (00559)		Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló									
E	Csontleves	245,25	58,67	2,34	1,14	0,02	9,59	0,00	1,56		
	Sült csirkecombfilé (tejmentes)	519,24	124,22	15,73	5,92	1,12	0,80	0,14	0,78		
	Sárgarépás rizs	1 292,63	309,24	5,84	6,75	0,79	55,87	0,00	1,03		
	Vitamin saláta (szőlőcukorral)	172,36	41,23	1,06	0,13	0,01	8,73	0,00	0,53		
	Pogácsa (TEJMENTES)	1 411,88	337,77	9,43	8,47	2,20	56,14	0,97	0,50		
	Összesen:	3 641,36	871,13	34,40	22,41	4,14	131,13	1,11	4,40		
2024. 05. 17. péntek (00559)		Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló									
E	Májgaluska leves	629,68	150,64	12,04	4,05	0,92	16,09	0,18	0,91		
	Flekkén szelet	770,44	184,32	17,59	10,28	2,73	5,16	0,14	0,76		
	Petrezselymes burgonya	922,82	220,77	5,82	0,93	0,11	46,15	0,00	0,42		
	Uborka saláta (szőlőcukorral)	93,69	22,41	0,80	0,08	0,00	4,59	0,00	0,42		
	Összesen:	2 416,63	578,14	36,25	15,34	3,76	71,99	0,32	2,51		



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!