



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.05.13. - 2024.05.19.

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. 13. hétfő (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E Zöldségleves (gluténmentes)	182,26	43,60	0,94	1,98	0,23	5,34	0,00	1,09		
	Hagymás törtburgonya	875,87	209,54	4,74	4,09	0,47	37,49	0,00	0,62		
	Húspogácsa (GLUTÉNMENTES)	811,09	194,04	9,71	13,50	4,47	7,76	0,23	0,46		
	Összesen:	1 869,22	447,18	15,39	19,57	5,17	50,59	0,23	2,17		
2024. 05. 14. kedd (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E Fokhagymakrém leves (gluténmentes)	417,99	100,00	2,35	5,14	1,76	10,75	0,52	0,85	 	
	Bechameles csirkeragu (tej-gluténmentes)	755,23	180,68	22,53	6,97	0,91	6,62	0,68	0,37		
	Tészta köret (gluténmentes)	751,30	179,74	0,72	4,96	0,53	32,85	0,00	0,66		
	Összesen:	1 924,52	460,42	25,60	17,07	3,20	50,22	1,20	1,88		



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 15. szerda (00622)		Felső diab.-gluténmentes Komló									
E	Zöldségleves (gluténmentes)	182,26	43,60	0,94	1,98	0,23	5,34	0,00	1,09		
	Sertéspörkölt (gluténmentes)	922,10	220,60	19,52	13,87	3,34	4,09	0,18	0,48		
	Felesborsófőzelék (gluténmentes)	873,13	208,88	9,50	4,94	0,59	31,07	0,05	0,99		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	2 122,90	507,87	30,36	21,19	4,16	47,50	0,23	2,57		
2024. 05. 16. csütörtök (00622)		Felső diab.-gluténmentes Komló									
E	Csontleves (gluténmentes)	199,27	47,67	1,76	1,16	0,02	7,56	0,00	1,87		
	Sült csirkecombfilé (gluténmentes)	554,49	132,65	17,64	5,85	1,17	0,97	0,19	1,20		
	Sárgarépás rizs (diab.)	875,12	209,36	3,56	6,68	0,77	33,43	0,00	0,85		
	Vitamin saláta (diab.)	104,02	24,89	1,17	0,14	0,02	4,55	6,00	0,24		
	Összesen:	1 732,90	414,57	24,13	13,83	1,98	46,51	6,19	4,16		



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 17. péntek (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Májaluska leves (gluténmentes)	626,07	149,78	12,88	5,45	1,17	11,95	0,01	1,15		
		Mákos metélt (diab.- gluténmentes)	1 224,36	292,91	4,82	13,52	2,64	37,63	20,00	1,45		
		Összesen:	1 850,43	442,69	17,70	18,97	3,81	49,58	20,01	2,60		

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!