



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 (00535) Felső Komló	E Csontleves	308,04	73,70	3,01	1,52	0,03	11,80	0,66	1,37		
	Znaimi sertésborda	1 120,25	268,00	20,57	18,13	6,01	5,35	1,29	1,24		
	Petrezselymes burgonya	1 012,50	242,22	6,33	1,25	0,15	50,18	0,00	0,42		
	Teljes kiőrlésű kenyér	555,94	133,00	4,90	1,20	0,30	24,10	0,15	0,45		
	Összesen:	2 996,73	716,92	34,81	22,10	6,49	91,43	2,10	3,48		
2024. 05. 14. kedd (00535) Felső Komló	E Fokhagymakrém leves	536,73	128,40	4,02	5,98	2,21	14,47	1,45	1,17		
	Görög csirke paradicsomszószban	828,03	198,09	18,25	11,07	1,85	4,82	0,87	0,42		
	Tészta köret	1 492,95	357,17	10,40	6,40	1,01	64,00	0,88	0,56		
	Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
	Összesen:	3 208,73	767,64	33,71	23,53	5,07	102,65	3,20	2,19		
2024. 05. 15. szerda (00535) Felső Komló	E Zöldséges reszelttészta leves	349,39	83,59	2,58	1,91	0,24	13,79	0,14	1,29		
	Sertéspörkölt	922,10	220,60	19,52	13,87	3,34	4,09	0,18	0,48		
	Felesborsófőzelék	1 095,38	262,05	14,41	4,77	0,60	40,05	0,00	1,00		
	Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
	Összesen:	3 034,00	725,84	42,39	21,99	4,54	86,85	0,50	3,31		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 16. csütörtök (00535) Felső Komló												
E	Gyümölcsleves	689,44	164,94	3,58	0,99	0,42	34,39	16,98	0,47			
	Fűszeres csirkecombfilé	661,28	158,20	17,59	9,10	1,54	0,09	0,00	0,61			
	Sárgarépás rizs	1 348,04	322,50	6,00	7,70	0,90	56,83	0,27	0,50			
	Görög saláta	431,14	103,14	2,59	7,14	1,52	8,89	0,00	0,56			
Összesen:		3 129,90	748,78	29,76	24,93	4,38	100,20	17,25	2,14			
2024. 05. 17. péntek (00535) Felső Komló												
E	Májgaluska leves	788,27	188,58	14,86	5,48	1,19	19,44	0,33	0,46			
	Császármorzsa	2 626,80	628,42	16,79	22,26	5,48	89,03	2,16	1,15			
	Gyümölcsöntet	225,94	54,05	0,54	0,08	0,00	12,16	5,99	0,01			
Összesen:		3 641,01	871,05	32,19	27,82	6,67	120,63	8,48	1,62			

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!