



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.05.20. - 2024.05.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 21. kedd (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.Komló	E Brokkolikrémleves (TEJ-GUTÉNMENTES)	537,21	128,52	3,35	5,85	0,62	15,21	1,37	0,23		
	Halpökrölt (tej-gluténmentes)	834,50	199,64	16,12	10,95	1,86	7,77	0,29	0,77		
	Tészta köret (gluténmentes)	1 490,24	356,52	1,60	6,27	0,63	73,00	0,00	0,94		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Gesztenye Marci	373,69	89,40	1,14	3,15	2,79	14,01	8,70	0,01		
	Összesen:	3 381,05	808,87	22,61	26,62	5,90	116,99	10,36	1,96		
2024. 05. 22. szerda (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.Komló	E Almalé	386,00	91,90	0,10	0,10	0,00	22,60	11,00	0,00		
	Tavaszi rizseshús	2 319,01	554,79	26,79	14,38	3,22	78,75	0,00	2,13		
	Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75		
	Geszti Eszti	383,72	91,80	1,02	3,15	2,85	14,31	8,52	0,03		
	Összesen:	3 243,39	775,49	28,61	17,73	6,07	123,86	25,72	2,91		



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 23. csütörtök (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.Komló	E	Köménymaglevés (gluténmentes)	685,54	164,00	1,79	5,03	0,57	25,91	0,91	1,83		
		Sertésült csíkok (gluténmentes)	1 081,35	258,70	21,69	15,87	3,76	6,79	0,17	1,26		
		Magyaros zöldbabfőzelék (GLUTÉNMENT.)	898,27	214,90	5,92	8,90	0,92	26,79	0,07	0,79		
		Gluténmentes baguett	512,05	122,50	1,45	1,55	0,20	23,50	1,15	0,85		
		Összesen:	3 177,21	760,10	30,85	31,35	5,45	82,99	2,30	4,73		



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 24. péntek (00634) Szakisk.tej-tojás-gluténment.Komló	E	Legényfogó leves (tej-tojás-gluténmentes)	922,89	220,79	22,65	6,17	0,92	18,28	0,00	2,68	
		Lekváros bukta (gluténmentes)	2 398,09	573,71	4,33	22,92	2,47	84,96	13,13	0,30	
		Szőlő	269,63	64,50	0,48	0,24	0,00	14,48	0,00	0,00	
		Összesen:	3 590,61	859,00	27,46	29,33	3,39	117,72	13,13	2,98	

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!