



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.05.20. - 2024.05.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 21. kedd	(00535) Felső Komló	E Brokkolikrémleves	541,12	129,46	6,30	4,02	0,81	16,84	0,54	0,38		
		Harcsapaprikás	895,22	214,17	16,30	12,33	2,80	9,18	1,25	0,67		
		Bulgur	1 355,30	324,23	9,83	6,63	0,82	60,70	0,00	0,23		
		Alma	174,50	41,75	0,48	0,48	0,00	8,40	0,00	0,01		
		Összesen:	2 966,14	709,61	32,91	23,46	4,43	95,12	1,79	1,29		
2024. 05. 22. szerda	(00535) Felső Komló	E Rostos almálé (100%-os)	579,67	138,68	0,18	0,00	0,00	35,00	0,00	0,02		
		Sertésborda parasztosan	2 387,39	571,15	29,00	24,25	5,88	57,61	0,26	0,76		
		Céklasaláta	123,73	29,60	0,56	0,08	0,00	6,56	4,96	0,60		
		Pöttyös Rudi	431,38	103,20	2,85	5,64	4,59	11,79	11,46	0,33		
		Összesen:	3 522,17	842,63	32,59	29,97	10,47	110,96	16,68	1,71		
2024. 05. 23. csütörtök	(00535) Felső Komló	E Köménymagleves	350,70	83,90	1,48	4,35	1,16	8,83	0,14	0,10		
		Húspogácsa	962,40	230,24	17,27	12,11	2,90	12,51	0,18	0,57		
		Zöldbabfőzelék	1 016,03	243,07	8,79	10,30	3,14	28,25	0,96	0,26		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
		Összesen:	2 996,26	716,81	33,42	28,20	7,56	78,51	1,46	1,47		



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 24. péntek (00535) Felső Komló	E	Legényfogó leves	878,73	210,22	19,98	6,83	2,52	16,88	0,78	0,61		
		Diós metélt	2 580,13	617,26	16,65	22,54	4,60	86,22	24,98	0,70		
		Körte	177,08	42,36	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		
		Összesen:	3 635,94	869,84	36,95	29,61	7,12	112,70	25,76	1,31		

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!