



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.06.24. - 2024.06.30.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 06. 24. hétfő (00578) Felsőszünidei étk. Komló	E	Almalé 100% HD	384,56	92,00	0,50	0,50	0,00	22,00	20,00	0,01		
		Sertésborda parasztosan	2 387,39	571,15	29,00	24,25	5,88	57,61	0,26	0,76		
		Káposzta saláta	191,99	45,93	1,49	0,21	0,02	9,23	4,00	0,23		
		Összesen:	2 963,94	709,08	30,99	24,96	5,90	88,84	24,26	1,00		
2024. 06. 25. kedd (00578) Felsőszünidei étk. Komló	E	Zöldborsóleves	493,97	118,02	5,16	2,46	0,31	18,34	0,18	0,28		
		Tejszínes baconos csirkés penne	2 455,27	587,38	36,65	21,15	9,71	62,83	0,14	1,72		
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
		Összesen:	3 388,01	810,37	43,11	23,71	10,02	105,37	0,32	2,06		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 06. 26. szerda (00578) Felsőszünidei étk. Komló	E	Karfiolleves	538,73	128,88	4,25	6,42	2,35	13,39	1,07	0,30		
		Debreceni tokány	1 116,75	267,17	22,84	17,33	5,72	4,69	0,49	0,79		
		Párolt rizs	1 452,61	347,52	6,53	7,68	0,89	62,62	0,54	0,28		
		Csemege uborka	48,00	11,48	0,48	0,08	0,00	1,92	1,52	0,80		
		Összesen:	3 156,09	755,05	34,10	31,51	8,96	82,62	3,62	2,17		
2024. 06. 27. csütörtök (00578) Felsőszünidei étk. Komló	E	Köménymagleves	350,70	83,90	1,48	4,35	1,16	8,83	0,14	0,10		
		Vagdalt	1 367,65	327,19	13,59	23,08	6,24	15,56	0,22	0,57		
		Fehérbabfőzelék	1 478,36	353,67	17,72	9,46	2,70	49,04	0,80	0,24		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
		Cseresznye	216,14	51,71	0,64	0,24	0,00	11,20	0,00	0,02		
	Összesen:	4 079,98	976,07	39,31	38,57	10,46	113,55	1,34	1,47			





ISKOLA ÉTTEREM

2024. 06. 28. péntek (00578) Felsőszünidei étk. Komló	E	Májgaluska leves	788,27	188,58	14,86	5,48	1,19	19,44	0,33	0,46		
		Mákos guba	1 849,22	442,39	14,96	12,21	3,87	66,78	19,19	0,82		
		Vanília sodó	603,34	144,34	4,77	2,54	1,34	25,43	12,01	0,19		
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	3 357,16	803,14	34,91	20,55	6,40	117,25	31,53	1,48		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM