



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.07.01. - 2024.07.07.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 07. 01. hétfő (00579) Szakiskola szünidei étk.Komló	E	Lebbencsleves	764,29	182,84	4,46	6,29	1,52	26,48	1,03	1,52		
		Fokhagymás csirkecomb	684,27	163,70	23,07	7,33	1,64	1,04	0,29	1,05		
		Zöldborsófőzelék	1 270,94	304,05	16,13	8,16	1,15	40,78	2,00	0,30		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
		Összesen:	3 386,63	810,19	49,54	23,22	4,67	97,22	3,50	3,41		
2024. 07. 02. kedd (00579) Szakiskola szünidei étk.Komló	E	Zöldséges reszeltészta leves	408,02	97,61	2,98	2,51	0,32	15,52	0,16	1,31		
		Halpaprikás	964,98	230,86	17,00	14,33	4,19	7,26	2,04	0,90		
		Tészta köret	1 857,42	444,36	13,00	7,77	1,23	80,00	1,10	0,70		
		Őszibarack	194,31	46,49	0,96	1,20	0,00	7,20	0,00	0,01		
		Összesen:	3 424,73	819,32	33,94	25,81	5,74	109,98	3,30	2,92		



# ISKOLA ÉTTEREM



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 07. 03. szerda (00579)		Szakiskola szüneti étk. Komló								
E	Csontleves cérnametéllyel	370,43	88,62	3,70	2,03	0,03	13,69	0,83	0,43	
	Rakott kelkáposzta	2 200,91	526,53	26,58	32,64	10,99	30,99	2,36	2,16	
	Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54	
	Összesen:	3 238,47	774,75	36,16	36,11	11,38	73,60	3,37	3,13	
2024. 07. 04. csütörtök (00579)		Szakiskola szüneti étk. Komló								
E	Almalé 100% HD	384,56	92,00	0,50	0,50	0,00	22,00	20,00	0,01	
	Bácskai rizseshús	2 815,93	673,67	29,80	24,32	4,75	83,00	1,44	2,11	
	Uborka saláta	158,61	37,95	1,48	0,14	0,00	7,65	5,00	0,15	
	Összesen:	3 359,10	803,62	31,78	24,96	4,75	112,65	26,44	2,27	





# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 07. 05. péntek (00579) Szakiskola szüneti étk. Komló	E	Pulykaraguleves	857,03	205,03	17,48	7,68	1,48	16,15	0,17	1,41		
		Mogyorókrémes gombóc	3 040,52	727,40	12,80	26,03	3,07	110,18	31,94	2,36		
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	4 013,88	960,26	30,60	34,03	4,55	131,93	32,11	3,78		

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



# ISKOLA ÉTTEREM