



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.07.08. - 2024.07.14.

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. 08. hétfő (00579) Szakiskola szünidei étk.Komló	E Brokkolikrémleves	616,21	147,42	7,11	5,00	0,92	18,27	0,65	0,40		
	Bolognai spagetti	2 794,62	668,57	38,12	24,67	8,65	72,47	8,30	2,04		
	Cseresznye	270,18	64,64	0,80	0,30	0,00	14,00	0,00	0,02		
	Összesen:	3 681,01	880,63	46,03	29,97	9,57	104,74	8,95	2,46		
2024. 07. 09. kedd (00579) Szakiskola szünidei étk.Komló	E Karalábéleves	674,27	161,11	5,04	6,58	2,73	19,99	2,14	0,88		
	Rántott csirkecombfilé	1 463,60	350,14	26,92	14,08	2,45	26,76	0,45	1,50		
	Hagymás burgonyapüré	980,01	234,45	5,54	5,16	1,25	40,02	3,19	2,96		
	Vitamin saláta	263,34	63,00	1,63	0,20	0,02	13,39	6,99	0,26		
Összesen:	3 381,22	808,70	39,13	26,02	6,45	100,16	12,77	5,60			



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 07. 10. szerda (00579)		Szakiskola szünidei étk. Komló									
E	Zöldséges rizsleves	355,65	85,08	2,25	1,61	0,19	15,10	0,05	0,15		
	Húspogácsa szelet	1 318,21	315,36	16,69	21,15	7,08	13,83	0,11	0,63		
	Lencsefőzelék	1 803,62	431,49	23,90	12,20	3,11	55,99	1,23	0,25		
	Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
	Görögdinnye	130,10	31,13	0,50	0,20	0,00	6,50	0,00	0,01		
	Összesen:	4 274,71	1 022,66	49,22	36,60	10,74	120,34	1,57	1,58		
2024. 07. 11. csütörtök (00579)		Szakiskola szünidei étk. Komló									
E	Tarhonyaleves	450,88	107,87	2,79	3,33	0,35	16,09	1,30	1,09		
	Budapest sertésragu	1 264,30	302,46	27,95	14,87	3,64	13,71	0,94	0,82		
	Párolt rizs	1 600,14	382,81	7,36	7,72	0,90	70,49	0,65	0,40		
	Összesen:	3 315,32	793,14	38,10	25,92	4,89	100,29	2,89	2,31		





ISKOLA ÉTTEREM

2024. 07. 12. péntek (00579) Szakiskola szüneti étk. Komló	E	Legényfogó leves	971,23	232,35	23,25	7,18	2,66	18,33	0,81	0,84		
		Aranygaluska	2 428,89	581,07	15,49	25,05	5,10	72,99	14,99	0,54		
		Vanília sodó	603,34	144,34	4,77	2,54	1,34	25,43	12,01	0,19		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	4 148,87	992,55	43,91	35,17	9,10	123,75	27,81	1,58		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM