



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.07.22. - 2024.07.28.

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. 22. hétfő (00579) Szakiskola szünidei étk.Komló	E Zöldbableves	685,29	163,79	5,37	7,18	3,08	18,95	2,28	0,97		
	Párizsi csirkemell	1 491,85	356,90	32,69	13,80	1,97	25,07	0,00	0,47		
	Petrezselymes burgonya	1 138,87	272,46	7,11	1,50	0,18	56,25	0,00	0,43		
	Vitamin saláta	263,34	63,00	1,63	0,20	0,02	13,39	6,99	0,26		
	Összesen:		3 579,35	856,15	46,80	22,68	5,25	113,66	9,27	2,13	
2024. 07. 23. kedd (00579) Szakiskola szünidei étk.Komló	E Zellerkrémleves	631,27	151,02	4,59	5,83	0,94	19,33	0,81	0,53		
	Lecsós ragu	954,05	228,24	22,12	11,98	3,32	7,62	1,44	1,31		
	Tarhonya köret	1 927,59	461,15	13,00	9,63	1,45	80,00	1,10	1,00		
	Szilva	251,66	60,21	0,70	0,17	0,00	13,10	0,00	0,01		
	Összesen:		3 764,57	900,62	40,41	27,61	5,71	120,05	3,35	2,85	



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 07. 24. szerda (00579)		Szakiskola szünidei étk.Komló								
E	Zöldségleves	415,79	99,28	2,87	2,85	0,39	15,04	1,18	0,46	
	Dinó figurák	860,66	205,90	7,60	10,75	2,16	18,43	0,58	1,03	
	Felesborsófőzelék	1 262,52	302,04	16,87	4,96	0,64	47,12	0,00	1,00	
	Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54	
	Nektarin	231,08	55,28	0,94	0,46	0,05	11,78	0,00	0,00	
	Összesen:	3 437,18	822,10	34,16	20,46	3,60	121,29	1,94	3,03	
2024. 07. 25. csütörtök (00579)		Szakiskola szünidei étk.Komló								
E	Paradicsom leves	877,34	209,89	3,69	5,30	0,63	37,10	22,23	0,51	
	Töltött csirkecomb	1 084,98	259,20	23,89	13,67	4,76	9,07	0,84	1,93	
	Sárgarépás rizs	1 689,02	404,07	7,74	8,71	1,02	73,09	0,65	1,15	
	Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,10	0,00	2,40	1,90	1,00	
	Összesen:	3 711,34	887,51	35,92	27,78	6,41	121,66	25,62	4,59	





ISKOLA ÉTTEREM

2024. 07. 26. péntek (00579) Szakiskola szüneti étk. Komló	E	Becsinált leves	1 104,39	264,21	18,28	13,98	4,75	15,92	1,61	1,52		
		Mákos nudli	3 628,46	868,05	22,40	23,03	3,64	142,14	29,97	1,49		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	4 878,26	1 167,05	41,08	37,41	8,39	165,06	31,58	3,02		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM