



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.07.29. - 2024.08.04.

	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. 29. hétfő (00579)	Szakiskola szünidei étk.Komló	E Burgonyaleves	698,04	167,00	4,66	3,46	0,42	28,72	1,30	1,27		
		Fűszeres sertésszelet	1 111,23	265,84	24,05	15,56	3,93	6,94	0,85	1,14		
		Tökfőzelék	1 209,73	289,41	7,02	13,90	3,65	33,58	0,96	1,11		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
		Őszibarack	129,54	30,99	0,64	0,80	0,00	4,80	0,00	0,01		
		Összesen:	3 815,67	912,84	42,25	35,16	8,36	102,96	3,29	4,07		
2024. 07. 30. kedd (00579)	Szakiskola szünidei étk.Komló	E Halfilé bakonyi módra	1 174,40	280,96	19,95	17,35	5,31	9,97	2,04	0,91		
		Bulgur	1 641,50	392,70	12,29	6,90	0,87	75,87	0,00	0,34		
		Pöttyös Rudi	431,38	103,20	2,85	5,64	4,59	11,79	11,46	0,33		
		Zöldséges karalábéleves	539,76	128,94	4,11	3,43	0,45	19,90	1,18	0,48		
		Összesen:	3 787,04	905,80	39,20	33,32	11,22	117,53	14,68	2,06		



# ISKOLA ÉTTEREM



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 07. 31. 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		
			Főtt hús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	1,19		
			Gyümölcsmártás, Pirított dara	2 285,09	546,67	9,89	16,63	4,73	87,73	18,96	1,29		
			Összesen:	3 321,22	794,55	34,59	26,76	7,65	101,82	19,79	2,91		
2024. 08. 01. csütörtök (00579) Szakiskola szüneti étk.Komló		E	Fokhagymakrém leves	680,69	162,85	5,02	7,71	2,79	18,14	1,88	1,42		
			Serpenyősburgonya virslivel	2 059,54	492,71	17,87	20,59	7,53	57,65	1,08	2,35		
			Káposzta saláta	250,08	59,83	1,98	0,28	0,03	11,97	5,00	0,24		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			Összesen:	3 657,44	874,99	30,75	30,02	10,71	116,68	8,14	4,55		



# ISKOLA ÉTTEREM



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 08. 02. péntek (00579)		Szakiskola szüneti étk. Komló									
E	Sertésraguleves	963,00	230,38	17,74	10,36	2,40	16,10	0,14	0,41		
	Túrós palacsinta	1 933,45	462,55	21,59	17,65	9,36	53,15	24,45	1,28		
	Szőlő	337,04	80,63	0,60	0,30	0,00	18,10	0,00	0,01		
	Összesen:	3 233,49	773,56	39,93	28,31	11,76	87,35	24,59	1,70		
2024. 08. 03. szombat (00579)		Szakiskola szüneti étk. Komló									
E	Narancslé	378,00	90,00	1,40	0,40	0,10	18,80	18,80	0,00		
	Tarhonyás hús	2 790,30	667,53	35,76	20,11	4,69	84,93	1,96	0,81		
	Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75		
	Összesen:	3 322,96	794,53	37,86	20,61	4,79	111,93	26,96	1,56		

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



# ISKOLA ÉTTEREM