



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.09.02. - 2024.09.08.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/2/2024 hétfő	(00535) Felső Komló	E Lencseleves	849.60	203.25	10.13	4.63	0.48	29.93	0.37	0.95		
		Spagetti Carbonara	2 171.80	519.57	22.02	19.12	8.57	64.54	0.79	1.44		
		Összesen:	3 021.40	722.82	32.15	23.75	9.05	94.47	1.16	2.39		
9/3/2024 kedd	(00535) Felső Komló	E Kertészleves	312.80	74.68	3.34	1.50	0.22	11.63	0.62	0.92		
		Lecsós ragu	853.83	204.27	19.77	11.13	3.03	5.93	1.08	1.21		
		Bulgur	1 355.30	324.23	9.83	6.63	0.82	60.70	0.00	0.23		
		Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01		
Összesen:	2 926.37	699.94	33.66	19.62	4.07	99.98	1.70	2.37				
9/4/2024 szerda	(00535) Felső Komló	E Zöldséges reszeltészta leves	349.39	83.59	2.58	1.91	0.24	13.79	0.14	1.29		
		Znaimi sertéscomb	1 120.46	268.05	20.57	18.13	6.01	5.35	1.29	1.24		
		Petrezselymes burgonya	1 012.50	242.22	6.33	1.25	0.15	50.18	0.00	0.42		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
Összesen:	3 149.48	753.46	35.36	22.73	6.76	98.24	1.61	3.49				
9/5/2024 csütörtök	(00535) Felső Komló	E Zöldborsókrémleves	804.45	192.45	8.21	7.87	2.26	21.88	0.02	0.37		
		Mustáros sült csirkecombfilé	950.64	227.43	20.03	12.83	1.99	6.17	0.41	0.44		



ISKOLA ÉTTEREM

15/202	00535	E	Sárgarépás rizs	1 348.04	322.50	6.00	7.70	0.90	56.83	0.27	0.50		
			Összesen:	3 103.13	742.38	34.24	28.40	5.15	84.88	0.70	1.31		
9/6/2024 péntek	(00535) Felső Komló	E	Rozmaringos csirkeraguleves	659.23	157.71	16.58	4.03	0.56	13.46	0.00	0.47		
			Ízes Derelye	2 676.38	640.28	17.38	9.04	0.68	118.50	15.38	0.27		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 451.94	825.82	34.28	13.39	1.24	137.56	15.38	0.75		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!