



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.10.21. - 2024.10.27.









	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/21/2024 hétfő	(00535) Felső Komló	E Zöldséges reszelttészta leves	349.39	83.59	2.58	1.91	0.24	13.79	0.14	1.29		
		Tejszínes-ananászos csirkemell	907.18	217.03	23.18	8.94	4.20	10.59	4.29	0.50		
		Jázmin rizs	1 399.27	334.75	5.92	7.30	0.90	60.80	0.40	0.20		
		Összesen:	2 655.84	635.37	31.68	18.15	5.34	85.18	4.83	1.99		
10/22/2024 kedd	(00535) Felső Komló	E Daragaluskaleves	534.70	127.92	2.68	6.14	0.73	15.16	0.08	0.53		
		Sertéspörkölt	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.72	0.54		
		Mustáros lencsefőzelék	1 570.27	375.66	20.90	10.46	2.74	48.96	1.13	0.40		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
Összesen:	3 859.16	923.24	48.49	31.93	7.11	107.12	2.08	1.92				
10/24/2024 csütörtök	(00535) Felső Komló	E Burgonyaleves	659.33	157.73	4.15	5.35	2.23	22.82	1.79	1.18		
		Borsos tokány	1 060.42	253.69	20.14	17.11	5.07	4.43	0.50	0.99		
		Bulgur	1 355.30	324.23	9.83	6.63	0.82	60.70	0.00	0.23		
		Vegyes vágott savanyúság	66.53	15.92	0.88	0.16	0.08	2.72	0.00	0.48		
		Összesen:	3 141.58	751.57	35.00	29.25	8.20	90.67	2.29	2.88		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

10/25/2024 péntek (00535) Felső Komló	E	Tárkonyos harcsaraguleves	777.68	186.05	13.09	7.55	2.39	16.14	0.80	1.03	    	
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Diós metélt	2 580.13	617.26	16.65	22.54	4.60	86.22	24.98	0.70	  	
		Összesen:	3 474.14	831.14	30.06	30.41	6.99	107.96	25.78	1.74		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM