










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	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Zöldségleves (gluténmentes)	387.07	92.60	1.80	2.66	0.31	14.90	0.34	0.36		
		Sült csirkemell (gluténmentes)	649.00	155.26	27.31	4.12	0.64	1.99	0.28	1.19		
		Uborka saláta	176.63	42.26	1.49	0.14	0.00	8.70	5.99	0.05		
		Jázmin rizs	1 578.56	377.65	6.66	8.33	1.03	68.40	0.45	0.29		
		Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
		Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.15	0.00		
		Összesen:	3 568.32	853.67	38.87	20.07	5.88	127.42	36.21	1.90		
10/22/2024 kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Lencsefőzelék (gluténmentes)	1 997.24	477.81	23.46	12.99	3.36	64.90	1.40	0.65	 	
		Zöldséges rizsleves (gluténmentes)	353.82	84.65	2.22	1.61	0.19	15.03	0.00	0.93		
		Sertéspörkölt (GLUTÉNMENTES)	812.13	194.29	17.32	12.13	2.95	3.67	0.58	0.49		
		Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
		Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
				Összesen:	3 944.87	943.75	44.93	28.52	6.70	121.58	3.13	2.92



ISKOLA ÉTTEREM

10/24/2024 csütörtök (00582) Szakiskola gluténmentes Komló		E	Burgonyaleves (gluténmentes)	650.92	155.72	2.92	3.36	0.41	27.57	0.58	1.12	 	
			Borsos tokány (gluténmentes)	1 145.34	274.00	22.20	17.99	5.38	5.31	0.74	1.05		
			Párolt rizs (gluténmentes)	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
			Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.60		
			Összesen:	3 463.06	828.48	33.42	29.25	6.79	106.03	1.32	3.08		
10/25/2024 péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló		E	Tárkonyos harcsaraguleves (gluténment.)	842.33	201.51	13.60	6.45	0.62	21.48	0.37	1.25	  	
			Diós metélt (gluténment.)	3 029.54	724.77	9.58	26.13	5.25	110.48	33.33	1.18		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 988.20	954.11	23.50	32.90	5.87	137.56	33.70	2.44		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!