



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.11.04. - 2024.11.10.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/4/2024 hétfő (00614)	Felsősgombamentes Komló	E Bácskai rizseshús	2 371.80	567.42	25.96	21.57	4.24	66.60	1.15	2.02		
		Brokkolikrémleves	541.12	129.46	6.30	4.02	0.81	16.84	0.54	0.38		
		Céklasaláta	123.73	29.60	0.56	0.08	0.00	6.56	4.96	0.60		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 152.98	754.31	33.14	25.99	5.05	95.60	6.65	3.01		
11/5/2024 kedd (00614)	Felsősgombamentes Komló	E Burgonyaleves	571.55	136.73	3.78	2.87	0.35	23.48	0.99	1.21		
		Dinó figurák	762.43	182.40	6.65	9.65	1.92	16.13	0.51	0.90		
		Zöldborsófőzelék	1 067.05	255.28	13.42	6.93	0.96	34.17	1.70	0.28		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Összesen:	2 956.97	707.41	28.75	20.65	3.53	97.88	3.35	2.84		



ISKOLA ÉTTEREM

11/6/2024 szerda (00614)													
11/6/2024 szerda (00614)	Felsősgombamentes Komló	E	Zöldséges zellerleves	372.67	89.00	2.88	1.93	0.25	14.43	0.73	0.42		
		Bugaci sertésragu (gombamentes)	1 251.03	299.29	24.16	18.27	5.19	9.16	1.00	0.70			
		Párolt rizs	1 452.61	347.52	6.53	7.68	0.89	62.62	0.54	0.28			
		Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00			
		Összesen:	3 253.39	778.17	33.89	28.12	6.33	95.81	2.27	1.40			
11/7/2024 csütörtök (00614)	Felsősgombamentes Komló	E	Zöldbaleves	577.47	138.00	4.73	5.60	2.59	16.77	1.85	0.93		
		Szezámos rántott hal	1 970.14	471.32	21.58	31.89	4.52	22.85	0.36	0.93			
		Petrezselymes burgonya	1 012.50	242.22	6.33	1.25	0.15	50.18	0.00	0.42			
		Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80			
		Összesen:	3 608.11	863.02	33.12	38.82	7.26	91.72	3.73	3.08			



ISKOLA ÉTTEREM

11/8/2024 péntek (00614) Felsősgombamentes Komló	E	Felesborsógulyás	1 140.55	272.86	19.21	8.54	2.01	29.37	0.37	1.04		
		Mac and Cheese	2 435.62	582.68	17.25	27.27	9.05	66.79	1.55	0.99		
		Összesen:	3 576.17	855.54	36.46	35.81	11.06	96.16	1.92	2.03		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!