



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	(00537) Felső tejmentes Komló	E Brokkolikrémleves (TEJMENTES)	411.90	98.54	3.54	3.35	0.35	13.47	0.99	0.22		
		Bácskai rizseshús	2 371.80	567.42	25.96	21.57	4.24	66.60	1.15	2.02		
		Céklasaláta	123.73	29.60	0.56	0.08	0.00	6.56	4.96	0.60		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 052.84	730.35	30.46	25.40	4.59	93.63	7.10	2.85		
11/5/2024 kedd	(00537) Felső tejmentes Komló	E Zöldséges burgonyaleves	550.02	131.58	3.58	2.84	0.34	22.51	0.18	1.10	 	
		Finomfőzelék (TEJMENTES)	755.33	180.70	6.03	6.52	0.71	24.18	2.69	0.89		
		Aprópecsenye	824.52	197.25	19.33	11.97	3.13	2.84	0.26	0.78		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
		Összesen:	3 251.58	777.88	38.82	25.02	4.92	96.20	17.06	3.49		



ISKOLA ÉTTEREM

11/6/2024 szerda (00537) Felső tejmentes Komló	E	Zöldséges zellerleves	356.16	85.05	2.73	1.91	0.25	13.69	0.08	0.92		
		Párolt rizs	1 438.86	344.23	6.40	7.67	0.89	62.00	0.00	0.21		
		Bugaci sertésragu	1 291.56	308.99	25.63	18.32	5.20	9.99	1.00	0.70		
		Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
		Összesen:	3 263.66	780.63	35.08	28.14	6.34	95.28	1.08	1.83		
11/7/2024 csütörtök (00537) Felső tejmentes Komló	E	Zöldséges zöldbableves	386.52	92.31	3.33	1.93	0.25	15.01	0.33	0.90		
		Halrogógós (tejmentes)	804.50	192.46	15.45	9.27	1.61	10.47	0.08	1.12		
		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		
		Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
		Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
		Összesen:	2 973.12	711.10	26.69	13.33	2.01	117.68	21.93	3.26		



ISKOLA ÉTTEREM

11/8/2024 péntek (00537) Felső tejmentes Komló	E	Felesborsógulyás	1 139.95	272.72	19.20	8.53	2.01	29.36	0.37	1.04		
		Pogácsa (TEJMENTES)	1 961.08	469.16	13.88	10.24	2.56	80.77	1.48	1.83		
		Összesen:	3 101.03	741.88	33.08	18.77	4.57	110.13	1.85	2.87		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!