



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.11.11. - 2024.11.17.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/11/2024 hétfő	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Zöldségleves (gluténmentes)	387.07	92.60	1.80	2.66	0.31	14.90	0.34	0.36		
		Burgonyafőzelék (gluténmentes)	1 325.48	317.10	6.51	10.20	3.79	48.32	1.34	1.24		
		Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
		Sertéspörkölt	1 113.11	266.29	23.86	16.46	4.03	5.28	0.86	0.62		
		Összesen:	3 337.71	798.49	33.62	30.87	8.33	92.00	3.69	3.07		
11/12/2024 kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Zöldborsóleves (gluténmentes)	591.76	141.57	5.04	2.96	0.34	22.98	0.36	0.33		
		Savanyú vetreце (gluténmentes)	1 203.00	287.80	24.10	15.72	5.79	11.72	2.57	1.24		
		Tészta köret (gluténmentes)	1 656.78	396.36	4.00	7.17	0.87	77.00	3.36	0.68		
		Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
		Összesen:	3 825.23	915.13	34.28	29.00	9.79	125.71	14.99	2.26		



# ISKOLA ÉTTEREM

11/13/2024 szerda (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Csontleves (gluténmentes)	357.30	85.48	2.88	1.78	0.04	14.30	0.30	0.36	
		Vagdalt szelet (gluténmentes)	1 276.51	305.38	14.18	21.83	6.84	10.70	0.35	1.09		
		Fehérbabfőzelék (gluténmentes)	1 661.27	397.43	19.24	10.50	3.24	55.45	1.04	0.25		
		Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
		Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
		Összesen:	3 963.91	948.30	38.31	35.90	10.32	111.79	2.84	2.55		
11/14/2024 csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Paradicsom leves (gluténmentes)	789.55	188.89	1.71	5.15	0.63	33.79	20.67	0.85	
		Tavaszi rizseshús	2 319.01	554.79	26.79	14.38	3.22	78.75	0.00	2.13		
		Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 408.63	815.47	29.60	20.03	3.85	127.74	26.87	3.74		



# ISKOLA ÉTTEREM

11/15/2024 péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Korhelyleves sertéshússal lestyánnal (gluténment.)	1 004.69	240.36	15.32	14.08	5.40	12.38	1.09	1.94		
		Fokhagymás csirkecomb (gluténmentes)	763.22	182.59	23.13	9.43	1.86	1.08	0.00	0.56		
		Uborka saláta	158.61	37.95	1.48	0.14	0.00	7.65	5.00	0.15		
		Tört burgonya	979.87	234.42	6.25	0.50	0.06	50.00	0.00	0.62		
		Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01		
		Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
		Összesen:	3 684.06	881.36	48.11	26.06	7.52	109.01	7.24	4.13		

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!