



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.11.11. - 2024.11.17.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/11/2024 hétfő (00513) Alsós laktózmentes Komló	E Daragaluskaleves	406.37	97.22	2.17	4.18	0.50	12.49	0.00	0.90		
	Magyaros burgonyafőzelék	812.51	194.38	4.72	3.21	0.35	35.86	0.00	1.00		
	Sertéspörkölt	812.13	194.29	17.32	12.13	2.95	3.67	0.58	0.49		
	Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
	Összesen:	2 586.95	618.89	29.11	20.72	4.10	76.12	0.73	2.84		
11/12/2024 kedd (00513) Alsós laktózmentes Komló	E Zöldborsóleves	412.78	98.62	4.41	1.90	0.24	15.58	0.07	1.05		
	Savanyú vetreце (TEJMENTES)	694.73	166.20	17.64	8.24	2.49	5.11	1.02	0.76		
	Tészta köret	664.13	158.89	4.55	3.09	0.48	28.00	0.39	0.27		
	Teljes kiőrlésű tésztaköret	574.90	137.54	5.95	2.63	0.39	21.00	1.51	0.32		
	Összesen:	2 346.54	561.25	32.55	15.86	3.60	69.69	2.99	2.40		



ISKOLA ÉTTEREM

11/13/2024 szerda (00513) Alsós laktómentes Komló	E	Csontleves	245.25	58.67	2.34	1.14	0.02	9.59	0.00	0.29		
		Vagdalt szelet	941.29	225.19	10.97	14.79	4.60	11.46	0.09	0.76		
		Fehérbabfőzelék	1 138.79	272.44	14.58	5.40	0.63	41.07	0.00	0.21		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
	Összesen:	3 038.05	726.81	33.35	22.77	5.55	94.06	0.24	1.71			
11/14/2024 csütörtök (00513) Alsós laktómentes Komló	E	Paradicsom leves	616.87	147.58	2.58	3.26	0.40	27.15	17.05	0.78		
		Tavaszi rizseshús	1 742.78	416.93	19.83	10.76	2.41	59.62	0.00	1.46		
		Céklasaláta	108.26	25.90	0.49	0.07	0.00	5.74	4.34	0.53		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
	Összesen:	2 613.32	625.20	23.30	14.49	2.81	99.51	21.39	2.78			



ISKOLA ÉTTEREM

11/15/2024 péntek (00513) Alsós laktómentes Komló	E	Korhelyleves sertéshússal lestyánnal (tejment.)	567.12	135.67	10.21	6.84	1.97	8.15	0.05	1.18		
		Meggyes pite (TEJMENTES)	2 107.98	504.30	8.55	19.30	8.41	73.97	16.19	0.90		
		Összesen:	2 675.10	639.97	18.76	26.14	10.38	82.12	16.24	2.08		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!