



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	(00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E Zöldségleves (gluténmentes)	182.26	43.60	0.94	1.98	0.23	5.34	0.00	0.30		
		Burgonyafőzelék (diab.-gluténment)	1 048.78	250.90	4.77	8.14	2.94	38.19	1.06	1.03		
		Sertéspörkölt (gluténmentes)	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.72	0.54		
		Összesen:	2 159.66	516.66	25.24	24.01	6.51	47.95	1.78	1.87		
11/12/2024 kedd	(00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E Zöldborsóleves (gluténmentes)	351.36	84.06	3.68	2.22	0.25	11.92	0.02	0.28		
		Tészta köret (gluténmentes)	826.24	197.67	1.80	5.36	0.64	34.65	1.51	0.48		
		Lecsós ragu (gluténmentes)	852.34	203.91	19.61	11.17	3.05	5.81	1.09	1.21		
		Összesen:	2 029.94	485.64	25.09	18.75	3.94	52.38	2.62	1.97		



ISKOLA ÉTTEREM

11/13/2024 szerda (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Csontleves (gluténmentes)	276.58	66.17	2.03	1.26	0.04	11.53	0.27	0.31		
		Vagdalt szelet (gluténmentes)	971.64	232.45	11.19	17.47	5.48	5.86	0.14	0.91		
		Kelkáposztafőzelék (gluténmentes)	873.14	208.89	6.28	5.82	0.76	31.43	0.12	0.90		
		Összesen:	2 121.36	507.51	19.50	24.55	6.28	48.82	0.53	2.12		



ISKOLA ÉTTEREM

11/14/2024 csütörtök (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Paradicsom leves (gluténmentes)	365.21	87.37	1.24	4.10	0.51	11.34	18.57	0.83	 	
		Tavaszi rizseshús (diab-gluténment.)	1 475.21	352.92	19.94	13.37	2.90	37.70	0.00	1.78		
		Összesen:	1 840.42	440.29	21.18	17.47	3.41	49.04	18.57	2.61		



ISKOLA ÉTTEREM

11/15/2024 péntek (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Tört burgonya (diab)	646.71	154.72	4.13	0.33	0.04	33.00	0.00	0.61	
		Uborka saláta (diab.)	51.41	12.30	1.01	0.10	0.00	1.83	5.00	0.13	
		Fokhagymás csirkecomb	556.83	133.21	16.80	6.95	1.37	0.72	0.00	0.98	
		Korhelyleves sertéshússal lestyánnal (gluténment.)	824.99	197.37	12.66	11.70	4.49	9.78	0.90	1.52	
		Összesen:	2 079.94	497.60	34.60	19.08	5.90	45.33	5.90	3.24	

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!