



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 (00537) Felső tejmentes Komló	E Daragaluskaleves	522.44	124.99	2.54	6.11	0.73	14.70	0.00	0.91		
	Magyaros burgonyafőzelék	980.83	234.65	5.59	4.21	0.47	42.64	0.00	1.00		
	Sertéspörkölt	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.72	0.54		
	Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
	Összesen:	2 987.83	714.80	32.56	25.41	4.84	85.86	0.87	2.90		
11/12/2024 kedd (00537) Felső tejmentes Komló	E Zöldborsóleves	489.84	117.03	5.11	2.45	0.30	18.19	0.08	1.17		
	Savanyú vetreце (TEJMENTES)	804.18	192.39	19.93	9.60	2.83	6.27	1.27	0.98		
	Tészta köret	746.48	178.59	5.20	3.20	0.51	32.00	0.44	0.28		
	Teljes kiőrlésű tésztaköret	664.55	158.99	6.80	3.20	0.47	24.00	1.72	0.40		
	Almapüré	221.54	53.00	0.30	0.00	0.00	12.00	12.00	0.00		
	Összesen:	2 926.59	700.00	37.34	18.45	4.11	92.46	15.51	2.83		



ISKOLA ÉTTEREM

11/13/2024 szerda (00537) Felső tejmentes Komló	E	Csontleves	290.94	69.60	2.84	1.49	0.02	11.04	0.00	0.30	
		Vagdalt szelet	1 123.17	268.70	13.14	17.78	5.53	13.33	0.10	1.00	
		Fehérbabfőzelék	1 340.86	320.78	17.06	6.46	0.75	48.23	0.00	0.21	
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45	
		Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00	
	Összesen:	3 580.54	856.58	38.42	27.17	6.60	111.18	0.25	1.96		
11/14/2024 csütörtök (00537) Felső tejmentes Komló	E	Paradicsom leves	725.45	173.55	3.10	4.28	0.52	30.84	18.39	0.89	
		Tavaszi rizseshús	2 155.96	515.78	25.24	15.23	3.31	68.74	0.00	1.81	
		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:	3 150.55	753.72	29.30	19.99	3.83	113.14	23.35	3.31		
11/15/2024 péntek (00537) Felső tejmentes Komló	E	Korhelyleves sertéshússal lestyánnal (tejment.)	694.06	166.04	12.63	8.53	2.46	9.49	0.05	1.50	
		Meggyes pite (TEJMENTES)	2 711.31	648.64	11.20	19.63	8.41	106.36	31.52	0.93	
	Összesen:	3 405.37	814.68	23.83	28.16	10.87	115.85	31.57	2.43		



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!