



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.11.25. - 2024.12.01.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/25/2024 hétfő	(00589) Felső laktózmentes Komló	E Zöldségleves	301.47	71.99	1.99	2.23	0.30	10.66	0.07	0.30		
		Sertésült csíkok	922.69	220.74	19.82	12.97	3.24	5.89	0.43	1.26		
		Párolt káposzta, Tört burgonya	980.27	234.51	6.70	2.21	0.25	45.99	4.00	1.22		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
		Összesen:	2 956.35	707.13	34.11	18.91	4.09	96.44	4.65	3.23		
11/26/2024 kedd	(00589) Felső laktózmentes Komló	E Gyümölcsleves (TEJMENTES)	649.36	155.35	1.71	0.61	0.04	34.93	18.14	0.41		
		Borsos tokány	1 060.42	253.69	20.14	17.11	5.07	4.43	0.50	0.99		
		Tészta köret	1 492.95	357.17	10.40	6.40	1.01	64.00	0.88	0.56		
		Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		
		Összesen:	3 250.73	777.69	32.73	24.20	6.12	105.28	21.04	2.76		



ISKOLA ÉTTEREM

11/27/2024 szerda (00589) Felső laktómentes Komló		E	Zöldséges reszelttészta leves	343.88	82.27	2.51	1.89	0.24	13.60	0.00	1.29		
			Magyaros zöldbabfőzelék	764.54	182.90	6.07	7.19	0.74	23.02	0.00	0.79		
			Csirkemell pörkölt	744.54	178.12	22.86	7.50	0.97	4.51	0.72	1.02		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
			Összesen:	2 741.44	655.84	37.72	18.32	2.31	82.05	0.90	3.65		
11/28/2024 csütörtök (00589) Felső laktómentes Komló		E	Zöldséges karfiolleves	357.92	85.63	3.08	2.40	0.29	12.77	0.00	0.28		
			Baconos csirkés penne (tejmentes)	1 874.75	448.51	28.40	9.00	2.04	63.75	0.59	1.17		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
			Összesen:	3 071.81	734.89	35.98	14.15	2.71	116.27	34.34	1.64		



ISKOLA ÉTTEREM

11/29/2024 péntek (00589) Felső laktózmentes Komló	E	Snidlinges májgombóclevés (tejmentes)	858.50	205.38	15.39	6.48	1.31	20.88	0.22	0.46		
		Tejberizs kakaós szóráttal (TEJMENTES)	2 012.61	481.48	5.60	2.80	0.61	107.73	48.58	0.47		
		Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
		Összesen:	3 309.88	791.83	22.29	9.38	1.92	152.81	48.80	0.99		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!