



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.11.25. - 2024.12.01.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/25/2024 hétfő (00537) Felső tejmentes 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		
	Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
	Összesen:	3 030.00	724.74	33.89	18.85	4.09	101.12	4.65	3.23		
11/26/2024 kedd (00537) Felső tejmentes 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 (00537)		Felsőstejmentes 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 (00537)		Felsőstejmentes 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	
11/29/2024 péntek (00537)		Felsőstejmentes 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	
	Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00	
	Összesen:	3 140.74	751.36	21.47	9.52	1.92	143.09	48.80	0.93	



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!