



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.12.02. - 2024.12.08.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
12/2/2024 hétfő	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Lebbencsleves (gluténmentes)	634.47	151.79	2.99	3.70	0.81	25.96	0.55	1.31		
		Aprópecsenye (gluténmentes)	902.83	215.99	21.42	12.82	3.43	3.42	0.35	1.00		
		Színesfőzelék (gluténmentes)	1 413.75	338.22	8.95	16.68	1.70	35.76	2.65	1.16		
		Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
		Összesen:	3 463.10	828.50	34.81	34.75	6.14	88.64	4.70	4.32		
12/3/2024 kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Zöldséges zöldbableves (gluténmentes)	459.69	109.97	2.77	2.42	0.29	18.65	0.65	0.94		
		Rizi-bizi (gluténmentes)	1 703.04	407.42	10.77	6.04	0.68	76.90	0.00	0.52		
		Ketchupos csirkecomb (gluténmentes)	846.05	202.40	23.24	10.44	1.98	3.58	2.10	1.43		
		Almapüré	221.54	53.00	0.30	0.00	0.00	12.00	12.00	0.00		
		Összesen:	3 230.32	772.79	37.08	18.90	2.95	111.13	14.75	2.89		








ISKOLA ÉTTEREM

12/4/2024 szerda (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Vagdalt szelet (gluténmentes)	1 276.51	305.38	14.18	21.83	6.84	10.70	0.35	1.09	
		Felesborsófőzelék (gluténmentes)	1 399.86	334.89	16.47	5.54	0.82	53.41	0.13	1.01		
		Zöldséges rizsleves (gluténmentes)	353.82	84.65	2.22	1.61	0.19	15.03	0.00	0.93		
		Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
		Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	3 699.02	884.93	34.88	30.77	8.05	110.48	1.63	3.88	
12/5/2024 csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zellerkrémleves (gluténmentes)	542.61	129.81	3.45	6.00	1.03	14.39	0.06	0.42	
		Csirkepaprikás (gluténmentes)	1 026.81	245.65	20.99	14.20	4.11	6.71	1.70	1.60	 	
		Párolt rizs (gluténmentes)	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
			Összesen:	3 153.06	754.32	31.64	27.90	6.04	90.85	1.76	2.33	



ISKOLA ÉTTEREM

12/6/2024 péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló		E	Tárkonyos harcsaraguleves (gluténment.)	842.33	201.51	13.60	6.45	0.62	21.48	0.37	1.25	  	
			Túrós metélt (gluténmentes)	2 729.22	652.92	19.30	20.46	8.38	95.50	21.86	0.82		
			Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		
			Összesen:	3 746.05	896.18	33.38	27.39	9.00	125.38	22.23	2.08		
12/7/2024 szombat (00582) Szakiskola gluténmentes Komló		E	Sertésborda parasztosan (gluténment.)	2 320.94	555.25	28.60	22.18	5.59	58.39	0.38	1.19		
			Limonádé	831.64	198.96	0.23	0.10	0.00	48.24	44.96	0.00		
			Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.60		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 381.15	808.90	30.33	22.88	5.69	117.03	45.34	1.80		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!