






Heti étlap 2020.12.14. - 2020.12.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
(00545) Gimnázium Komló	Ebéd	Köménymaglevés, Csirkemell pörkölt, Felesborsófőzelék, Teljes kiőrlésű kenyér, Zselés szaloncukor, Banán	Zöldséges karfiolleves, Tejszínes zöldséges sertésragu, Párolt rizs	Csontleves, Znaimi sertésborda, Petrezselymes burgonya, Teljes kiőrlésű kenyér	Zöldbableves, Tarhonyás hús, Csemege uborka, Narancs	Erdélyi raguleves, Rizsfelfújt, Gyümölcs öntet
		Energia: 962,71 Kcal / 4 024,13 KJ	Energia: 884,43 Kcal / 3 696,92 KJ	Energia: 835,63 Kcal / 3 492,93 KJ	Energia: 907,67 Kcal / 3 794,06 KJ	Energia: 819,40 Kcal / 3 425,09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav 53,98 g 22,60 g 3,69 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 36,72 g 34,38 g 8,60 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 43,32 g 27,45 g 7,73 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 44,73 g 32,01 g 7,38 g	Fehérje Zsír T.Zsírsav 34,97 g 13,94 g 4,34 g
		Szénhidrát Cukor Só 131,28 g 0,38 g 3,59 g	Szénhidrát Cukor Só 105,67 g 1,28 g 3,26 g	Szénhidrát Cukor Só 100,07 g 1,63 g 4,23 g	Szénhidrát Cukor Só 105,38 g 3,06 g 3,54 g	Szénhidrát Cukor Só 134,26 g 19,96 g 1,88 g
						

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!