



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.05.17. - 2021.05.23.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 05. 17. hétfő	(00545) Gimnázium Komló	E Csontleves	370,52	88,64	3,70	0,03	13,68	0,81	1,69		
		Znaimi sertésborda	1 434,00	343,06	27,38	7,17	7,22	0,64	1,36		
		Petrezselymes burgonya	1 021,29	244,33	6,36	0,17	50,25	0,00	0,82		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	0,36	28,92	0,18	0,36		
		Összesen:	3 492,94	835,63	43,32	7,73	100,07	1,63	4,23		
2021. 05. 18. kedd	(00545) Gimnázium Komló	E Fokhagymakrém leves	677,69	162,13	5,07	2,39	18,40	1,06	1,25		
		Milánói makaróni	3 680,44	880,49	39,60	15,28	81,66	7,75	2,34		
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	4 474,46	1 070,45	44,99	17,67	105,66	8,81	3,60		
2021. 05. 19. szerda	(00545) Gimnázium Komló	E Zöldséges reszeltésztá leves	408,02	97,61	2,98	0,32	15,52	0,16	1,31		
		Marhapörkölt	1 232,94	294,96	22,65	1,43	5,17	0,00	1,15		
		Felesborsófőzelék	1 262,52	302,04	16,87	0,64	47,12	0,00	1,00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	0,36	28,92	0,18	0,36		
		Összesen:	3 570,61	854,21	48,38	2,75	96,73	0,34	3,82		



ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 20. csütörtök		(00545) Gimnázium Komló										
E	Gyümölcsleves	854,00	204,31	4,70	0,57	42,06	19,98	0,50				
	Töltött csirkecomb	1 084,41	259,43	23,89	4,58	9,03	0,81	1,79				
	Sárgarépás rizs	1 681,89	402,37	7,76	1,02	72,64	0,22	1,06				
	Vitamin saláta	263,34	63,00	1,63	0,02	13,39	6,99	0,85				
	Összesen:	3 883,64	929,11	37,98	6,19	137,12	28,00	4,20				
2021. 05. 21. péntek		(00545) Gimnázium Komló										
E	Tárkonyos csirkeraguleves	1 061,93	254,05	21,21	2,68	20,54	0,17	1,20				
	Császármorzsa	2 629,80	629,14	13,52	0,00	92,82	0,00	0,03				
	Meggy dzsem	252,75	60,47	0,11	0,00	14,75	13,46	0,00				
	Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00				
	Körte	116,33	27,83	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01				
	Összesen:	4 228,64	1 011,64	35,16	2,68	143,70	23,62	1,24				