



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2021.05.24. - 2021.05.30.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2021. 05. 25. kedd	(00545) Gimnázium Komló	E Almakrémleves	920,41	220,19	4,03	1,24	44,65	19,98	0,66		
		Csokoládés gabonagolyó	84,00	20,10	0,29	0,04	4,20	1,67	0,00		
		Búbos hús	1 741,50	416,63	34,99	8,24	11,42	0,02	1,92		
		Hagymás törtburgonya	1 256,54	300,61	6,73	0,70	53,32	0,00	1,02		
		Káposzta saláta	236,62	56,61	1,82	0,03	11,40	5,00	1,02		
		Összesen:	4 239,07	1 014,14	47,86	10,25	124,99	26,67	4,62		
2021. 05. 26. szerda	(00545) Gimnázium Komló	E Brokkolikrémleves	608,18	145,50	6,12	0,95	17,06	1,06	0,88		
		Kapros túrós harcsa rakott	3 203,21	766,32	47,62	7,45	90,07	4,05	1,48		
		Narancs	138,49	33,13	0,48	0,00	6,80	0,00	0,01		
		Összesen:	3 949,88	944,95	54,22	8,40	113,93	5,11	2,37		
2021. 05. 27. csütörtök	(00545) Gimnázium Komló	E Tojásleves	351,85	84,17	2,98	0,81	6,44	0,00	1,03		
		Húspogácsa	1 677,18	401,24	17,48	8,04	11,28	0,05	1,20		
		Zöldbabfőzelék	1 175,12	281,13	9,40	3,56	30,80	0,00	0,84		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	0,36	28,92	0,18	0,36		
		Összesen:	3 871,28	926,14	35,74	12,77	77,44	0,23	3,43		



# ISKOLA ÉTTEREM

2021. 05. 28. péntek (00545) Gimnázium Komló	E	Legényfogó leves	1 169,68	279,83	25,36	2,90	21,52	0,01	1,22		
		Mákos guba	2 889,54	691,27	22,85	5,55	106,37	33,33	1,08		
		Vanília sodó	954,82	228,42	7,50	1,99	40,24	20,01	0,30		
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	5 130,37	1 227,35	56,03	10,44	173,73	53,35	2,61		