



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.06.06. - 2022.06.12.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 06. 07. kedd	(00545) Gimnázium Komló	E Meggyleves	799,21	191,20	4,49	1,55	0,57	38,51	17,98	0,60		
		Borsos tokány	1 140,68	272,89	22,39	17,92	5,35	5,13	0,18	0,99		
		Tészta köret	1 819,07	435,18	11,96	10,35	0,85	70,72	0,00	0,79		
		Káposzta saláta	236,62	56,61	1,82	0,26	0,03	11,40	5,00	1,02		
		Összesen:	3 995,58	955,88	40,66	30,08	6,80	125,76	23,16	3,40		
2022. 06. 08. szerda	(00545) Gimnázium Komló	E Fokhagymakrém leves	680,69	162,85	5,02	7,71	2,79	18,14	1,88	1,42		
		Harcás zöldséges bulgur füstölt sajttal	2 362,88	525,77	38,42	13,83	4,48	77,53	0,76	3,39		
		Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
		Összesen:	3 394,59	772,60	44,48	21,62	7,27	115,03	2,64	4,85		
2022. 06. 09. csütörtök	(00545) Gimnázium Komló	E Zöldséges reszelttészta leves	408,02	97,61	2,98	2,51	0,32	15,52	0,16	1,31		
		Rakott kelkáposzta	2 191,13	524,19	26,57	32,61	10,98	30,49	1,55	2,06		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
		Összesen:	3 266,28	781,40	35,43	36,56	11,66	74,93	1,89	3,91		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 06. 10. péntek (00545) Gimnázium Komló	E	Gulyásleves	1 096,40	262,16	16,43	9,96	2,34	25,85	0,67	1,45		
		Aranygaluska	2 428,89	581,07	15,49	25,05	5,10	72,99	14,99	0,54		
		Vanília sodó	844,64	202,07	6,48	3,50	1,85	35,93	19,01	0,25		
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	4 486,26	1 073,13	38,72	38,83	9,29	140,37	34,67	2,25		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM