



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.06.27. - 2022.07.03.

	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. 27. hétfő (00579) Szakiskola szünidei étk.Komló	E	Almalé	386,00	91,90	0,10	0,10	0,00	22,60	11,00	0,00		
		Sertésborda parasztosan	2 329,07	557,19	29,18	22,06	5,54	58,90	0,34	1,33		
		Káposzta saláta	236,62	56,61	1,82	0,26	0,03	11,40	5,00	1,02		
		Összesen:	2 951,69	705,70	31,10	22,42	5,57	92,90	16,34	2,35		
2022. 06. 28. kedd (00579) Szakiskola szünidei étk.Komló	E	Zöldborsóleves	625,46	149,44	6,51	3,09	0,38	23,31	0,23	0,90		
		Tejszínes baconos csirkés penne	3 005,16	718,94	46,25	28,09	12,53	71,84	0,18	2,19		
		Nektarin	184,87	44,23	0,75	0,37	0,04	9,42	0,00	0,00		
		Összesen:	3 815,49	912,61	53,51	31,55	12,95	104,57	0,41	3,09		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 06. 29. szerda (00579)		Szakiskola szünidei étk. Komló									
E	Karfiolleves	633,01	151,44	5,28	6,72	2,71	17,28	2,04	1,70		
	Debreceni tokány	1 238,31	296,25	25,39	19,01	6,21	5,60	0,35	0,79		
	Párolt rizs	1 600,14	382,81	7,36	7,72	0,90	70,49	0,65	1,28		
	Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,10	0,00	2,40	1,90	1,00		
	Összesen:	3 531,46	844,85	38,63	33,55	9,82	95,77	4,94	4,77		
2022. 06. 30. csütörtök (00579)		Szakiskola szünidei étk. Komló									
E	Köménymaglevés	445,82	106,65	1,89	5,45	1,57	11,29	0,20	1,18		
	Vagdalt	1 627,33	389,31	16,90	26,87	7,57	19,11	0,27	1,15		
	Fehérbabfőzelék	1 672,47	400,11	20,33	10,20	3,11	56,35	0,96	1,23		
	Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
	Meggy	188,87	45,18	0,64	0,40	0,00	8,80	0,00	0,01		
	Összesen:	4 601,62	1 100,85	45,64	44,36	12,61	124,47	1,61	4,11		





ISKOLA ÉTTEREM

2022. 07. 01. péntek (00579) Szakiskola szüneti étk. Komló	E	Májgaluska leves	1 035,97	247,84	18,30	7,89	1,57	25,25	0,42	1,31		
		Mákos guba	2 430,87	581,54	19,36	17,30	5,45	85,43	27,80	0,98		
		Vanília sodó	844,64	202,07	6,48	3,50	1,85	35,93	19,01	0,25		
		Összesen:	4 311,48	1 031,45	44,14	28,69	8,87	146,61	47,23	2,54		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM