



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2022.12.05. - 2022.12.11.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2022. 12. 05. hétfő	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Kapros túró	420,21	100,53	9,17	6,10	3,87	2,05	1,91	0,17		
			Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Fehér kenyér	1 074,60	257,08	8,55	0,90	0,00	51,75	0,09	1,35		
		T	Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Csokoládés gabonagolyó	840,00	200,96	2,90	1,75	0,40	42,00	16,65	0,00		
		E	Tojásleves	365,66	87,48	3,25	5,36	0,87	6,46	0,00	0,55		
			Párolt sertésszelet	976,36	233,58	23,73	13,64	3,71	3,74	0,17	0,97		
			Zöldborsófőzelék	1 270,94	304,05	16,13	8,16	1,15	40,78	2,00	0,30		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
		U	Sonkás sajtkrém	277,55	66,40	4,60	4,80	2,98	1,20	1,20	0,32		
			Vizes zsemle	695,20	166,32	5,61	0,66	0,00	33,16	0,11	0,60		
		V	Petrezselymes burgonya	1 099,68	263,08	6,86	1,48	0,17	54,25	0,00	0,42		
			Fokhagymás csirkemáj	878,07	210,07	20,69	11,17	2,30	6,44	0,00	0,96		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 12. 05	(00541	V	Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,10	0,00	2,40	1,90	1,00		
			Összesen:	9 596,15	2 295,74	116,69	58,84	17,44	314,47	34,20	7,49		
2022. 12. 06. kedd	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Tej	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33		
			Magvas margarin	391,25	93,60	0,46	10,00	2,80	0,32	0,02	0,14		
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
			Kukoricás kenyér	1 072,17	256,50	8,64	0,90	0,00	53,10	0,00	1,08		
		T	Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Liga margarin	37,62	9,00	0,02	1,00	0,30	0,02	0,02	0,04		
			Zala felvágott	322,70	77,20	5,20	6,00	2,16	0,60	0,08	0,66		
			Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
		E	Meggy leves	799,21	191,20	4,49	1,55	0,57	38,51	17,98	0,60		
			Sajtos csirkemell	1 568,54	375,25	40,94	19,01	10,65	9,96	1,44	2,09		
			Párolt rizs	1 600,14	382,81	7,36	7,72	0,90	70,49	0,65	0,30		
		U	Pöttyös Rudi natúr	431,38	103,20	2,85	5,64	4,59	11,79	11,46	0,33		
			Kifli	625,05	149,53	4,95	1,26	0,27	28,71	1,08	0,49		
		V	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		



MEVID zRt. | Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk | www.mevid.hu | iskola.etterem.komlo@mevid.hu
Az allergénekkel kapcsolatos részletekért keresse az üzletvezetőt | 72 - 481-063 |



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 12. 07. szerda	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	U	Kakaós csiga	718,96	172,00	2,75	7,40	4,00	23,25	7,60	0,25		
		V	Tejberizs kakaós szórattal	2 846,48	680,67	16,43	6,68	3,35	136,86	60,56	0,93		
			Összesen:	10 217,87	2 444,15	83,10	64,20	16,79	369,01	100,31	8,17		
	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Tej	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33		
			Liga margarin	75,24	18,00	0,04	2,00	0,60	0,04	0,04	0,08		
			Virágméz	410,26	98,15	0,12	0,00	0,00	24,30	24,30	0,01		
			Fehér kenyér	1 074,60	257,08	8,55	0,90	0,00	51,75	0,09	1,35		
		T	Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Delma margarin	37,62	9,00	0,02	1,00	0,31	0,02	0,02	0,04		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			Főtt tojás	207,14	49,55	4,05	3,60	0,93	0,18	0,00	0,11		
			Uborka	14,74	3,53	0,30	0,03	0,00	0,51	0,00	0,01		
		E	Zellerkrémleves	631,27	151,02	4,59	5,83	0,94	19,33	0,81	1,12		
			Bolognai spagetti	2 794,62	668,57	38,12	24,67	8,65	72,47	8,30	2,04		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		U	Gyümölcsös joghurt	358,23	85,70	3,25	2,25	1,50	16,62	15,25	0,00		
			Kifli	625,05	149,53	4,95	1,26	0,27	28,71	1,08	0,49		
		V	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 12. 08. csütörtök	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	V	Kockasajt (Sajtfalat)	404,79	96,39	3,36	7,35	4,71	4,44	2,55	0,36		
			Paprika Kaliforniai	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
			Kukoricás kenyér	1 072,17	256,50	8,64	0,90	0,00	53,10	0,00	1,08		
			Összesen:	9 634,91	2 304,54	98,29	58,50	21,95	342,41	62,61	7,84		
2022. 12. 09. péntek	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Tej	405,72	97,06	6,80	3,00	1,63	10,60	0,00	0,27		
			Kelt túrós táska	755,20	180,67	6,23	3,72	1,26	31,54	4,20	0,35		
		T	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Liga margarin	37,62	9,00	0,02	1,00	0,30	0,02	0,02	0,04		
			Májusi csemege	384,56	92,00	4,40	8,00	4,00	0,64	0,12	0,96		
			Fehér kenyér	835,80	199,95	6,65	0,70	0,00	40,25	0,07	1,05		
		E	Májgaluska leves	1 035,97	247,84	18,30	7,89	1,57	25,25	0,42	1,31		
			Császármorzsa	2 753,37	658,70	17,52	23,55	5,76	92,91	2,25	1,20		
			Sárgabarack dzsem	124,56	29,80	0,09	0,00	0,00	7,32	6,58	0,00		
			Porcukor	167,83	40,15	0,00	0,00	0,00	9,99	9,99	0,00		
		U	Edámi sajt	518,32	124,00	10,40	9,20	6,20	0,00	0,00	0,72		
			Liga margarin	37,62	9,00	0,02	1,00	0,30	0,02	0,02	0,04		
			Lilahagyma	66,18	15,83	0,48	0,04	0,00	3,32	0,00	0,01		



ISKOLA ÉTTEREM

2022. 12. 09	(00541 ,	U	Telj.kiörl.zsemle	660,00	157,89	5,83	1,43	0,38	28,38	0,16	0,29		
			Összesen:	7 964,00	1 905,25	77,14	59,61	21,40	260,40	33,82	6,24		

.....
Üzletvezet

.....
Konyhafnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!