



	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2023. 09. 18. hétfő (00540) Szakiskola Komló (A-menü)		R	Kakaó	663,64	158,70	8,66	3,88	2,09	21,97	8,58	0,35	 	
			Sajtos pogácsa	1 345,21	321,82	7,82	16,83	7,82	39,10	1,02	0,00	  	
		E	Zöldségleves snidlinges gauskával	384,80	92,06	2,92	2,63	0,36	13,91	0,17	1,12	     	
			Kukoricás húsgombóc	1 396,85	334,18	19,25	24,95	8,82	7,77	0,04	0,39	    	
			Paprikamártás	791,85	189,44	4,46	16,48	2,98	20,38	1,59	0,41	 	
			Főtt burgonya	705,50	168,78	4,50	0,36	0,05	36,00	0,00	1,00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			V	Hagymás rozmaringos csirkemáj	888,19	212,49	21,49	8,46	1,98	12,21	0,36	0,35	
		Párolt rizs		1 600,14	382,81	7,36	7,72	0,90	70,49	0,65	0,30	     	
		Vegyes vágott savanyúság		83,16	19,90	1,10	0,20	0,10	3,40	0,00	0,60		
		Szőlő		269,63	64,50	0,48	0,24	0,00	14,48	0,00	0,00		
			Összesen:	8 796,10	2 104,28	83,92	83,19	25,46	268,63	12,59	5,06		





ISKOLA ÉTTEREM

2023. 09. 18. hétfő	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Zöldségleves snidlinges gauskával	384,80	92,06	2,92	2,63	0,36	13,91	0,17	1,12	    	
			Főtt hús	665,70	159,26	21,00	8,10	2,89	0,40	0,00	1,19		
			Erdei gyümölcs mártás	1 330,36	318,27	4,66	15,75	4,73	39,07	18,96	1,27	 	
			Piritott dara	1 067,81	255,46	5,64	6,17	0,63	44,04	0,00	0,40		
			Összesen:	3 448,67	825,05	34,22	32,65	8,61	97,42	19,13	3,98		
2023. 09. 19. kedd	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Vizes zsemle	1 390,40	332,64	11,22	1,32	0,00	66,32	0,22	1,20		
			Zöldhagymás sajtkrém	272,54	65,20	4,60	4,56	2,84	1,44	1,44	0,32		
			Paprika Kaliforniai	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
		E	Zöldborsóleves	625,46	149,44	6,51	3,09	0,38	23,31	0,23	0,90	    	
			Tejszínes baconos csirkés penne	2 940,63	703,50	44,71	26,66	12,19	71,29	0,18	2,19	   	
			Körte	177,08	42,36	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		
		V	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Főtt bécsi rudacska	572,66	137,00	6,50	12,50	3,85	0,00	0,00	1,05		
			Mustár	144,00	34,45	1,50	1,80	0,12	2,70	1,35	0,00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 111,88	266,00	9,80	2,40	0,60	48,20	0,30	0,90		
			Összesen:	7 648,75	1 829,65	86,36	52,85	19,99	245,59	23,70	6,56		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 09. 19. kedd	B menü (Gimi-szakiskola) (00625)	E	Zöldborsóleves	625,46	149,44	6,51	3,09	0,38	23,31	0,23	0,90		
			Töltött csirkecomb	1 084,98	259,20	23,89	13,67	4,76	9,07	0,84	1,93		
			Jázmin rizs	1 280,58	306,36	4,80	5,73	0,63	57,60	0,00	0,29		
			Tejfölös uborka saláta	263,22	62,97	1,90	2,53	1,56	8,12	5,64	0,16		
			Összesen:	3 254,24	777,97	37,10	25,02	7,33	98,10	6,71	3,28		
2023. 09. 20. szerda	Szakiskola Komló (A-menü) (00540)	R	Tejeskávé	785,38	187,89	8,68	3,78	2,04	29,42	14,99	0,34		
			Delma margarin	37,62	9,00	0,02	1,00	0,31	0,02	0,02	0,04		
			Ízes sonka	213,18	51,00	7,50	2,00	0,80	0,75	0,05	0,90		
			Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
			Kukoricás kenyér	1 191,30	285,00	9,60	1,00	0,00	59,00	0,00	1,20		
		E	Köménymaglevés	445,82	106,65	1,89	5,45	1,57	11,29	0,20	0,10		
			Sertéspörkölt	1 105,29	264,42	23,85	16,44	4,02	4,88	0,22	0,93		
			Babfőzelék	1 575,96	377,02	18,14	11,02	3,20	50,93	0,96	1,23		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 09. 20. szerda	(00540) Szakiskola Komló (A)	V	Diós nudli	3 589,99	858,85	20,53	28,19	4,80	130,08	29,97	1,48	  	
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	9 776,74	2 338,92	96,89	70,76	17,10	322,97	46,59	6,78		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Köménymaglevés	445,82	106,65	1,89	5,45	1,57	11,29	0,20	0,10	  	
			Petőfi marhaapró	1 502,20	359,38	21,88	28,38	8,47	3,60	0,27	1,41		
			Lángos	1 262,63	302,06	10,33	5,92	0,61	51,75	0,30	0,12	 	
			Körte	177,08	42,36	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		
			Összesen:	3 387,73	810,45	34,42	39,99	10,65	76,24	0,77	1,63		
2023. 09. 21. csütörtök	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Majorannás májas	412,98	98,80	4,64	8,00	3,28	2,24	0,52	0,72	    	
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
			Fehér kenyér	1 194,00	285,65	9,50	1,00	0,00	57,50	0,10	1,50		
		E	Mentás szamócaleves	689,77	165,02	2,31	1,63	0,69	34,22	15,02	0,11		
			Sertésborda parasztosan	2 803,44	670,68	32,74	28,49	6,95	68,91	0,34	0,79	 	
			Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,10	0,00	2,40	1,90	1,00		
		V	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		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 09. 21. csütörtök													
(00540) Szakiskola Komló / A menü		V	Füstölt sajt	433,05	103,60	12,16	7,04	4,36	0,08	0,08	0,60		
			Telj.kiörl.zsemle	1 320,00	315,78	11,66	2,86	0,76	56,76	0,32	0,58		
			Zöldhagyma	54,00	12,92	0,73	0,08	0,01	2,94	0,00	0,02		
			Összesen:	7 403,98	1 771,28	75,56	50,44	16,37	246,99	38,28	5,37		
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)		E	Mentás számócaleves	689,77	165,02	2,31	1,63	0,69	34,22	15,02	0,11		
			Fűszeres csirkecombfilé	856,24	204,84	22,47	11,94	2,00	0,10	0,00	0,67		
			Görög saláta	686,22	164,17	4,39	11,26	2,56	11,13	0,09	1,87		
			Krémes kapros öntet	371,67	88,92	4,53	4,83	3,08	6,25	0,96	0,45		
			Pírtott pita	1 067,10	255,29	9,10	3,53	0,21	44,08	0,99	0,99		
			Összesen:	3 671,00	878,24	42,80	33,19	8,54	95,78	17,06	4,09		
2023. 09. 22. péntek													
(00540) Szakiskola Komló (A-menü)		R	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Főtt tojás	276,19	66,07	5,40	4,80	1,24	0,24	0,00	0,14		
			Delma margarin	37,62	9,00	0,02	1,00	0,31	0,02	0,02	0,04		
			Paprika Kaliforniai	51,60	12,34	0,40	0,12	0,01	2,41	0,00	0,00		
			Teljes kiörlésű kenyér	1 111,88	266,00	9,80	2,40	0,60	48,20	0,30	0,90		
		E	Becsínált leves	1 104,39	264,21	18,28	13,98	4,75	15,92	1,61	1,52		
			Túrós töltött nudli	2 711,82	648,76	15,40	16,63	5,96	104,64	25,84	2,35		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2023. 09. 22. péntek	(00540) Szakiskola	V	Kinder tejszelet	986,48	236,00	4,40	15,60	9,20	19,00	16,60	0,34	   	
			Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
			Összesen:	7 016,33	1 678,54	55,72	55,03	22,07	230,39	54,36	5,36		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Becsinált leves	878,64	210,20	15,13	10,59	3,85	13,27	1,34	1,27	       	
			Aranygaluska	2 428,89	581,07	15,49	25,05	5,10	72,99	14,99	0,54	       	
			Vanília sodó	603,34	144,34	4,77	2,54	1,34	25,43	12,01	0,19		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	4 056,28	970,40	35,79	38,58	10,29	118,69	28,34	2,01		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM