



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.04.01. - 2024.04.07.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2024. 04. 03. szerda	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R Pöttyös kakaó	585,20	140,00	7,00	3,20	2,20	19,60	19,40	0,24		
		Liga margarin	37,62	9,00	0,02	1,00	0,30	0,02	0,02	0,04		
		Szeletelt szalámi	394,00	94,26	3,60	8,20	3,00	1,90	0,00	0,00		
		Uborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01		
		Teljes kiörlésű kenyér	1 111,88	266,00	9,80	2,40	0,60	48,20	0,30	0,90		
	E Zellerleves	639,48	152,99	4,48	6,64	2,68	18,16	2,04	1,73			
	Milánói makaróni	3 575,72	855,44	38,74	41,34	14,35	81,02	9,15	2,39			
	V Csirkecombfilé zöldséges bulgurral	2 171,31	479,94	33,44	9,95	1,75	77,29	0,72	2,88			
	Összesen:	8 534,87	2 002,33	97,48	72,77	24,88	246,87	31,63	8,19			
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E Zellerleves	639,48	152,99	4,48	6,64	2,68	18,16	2,04	1,73		
Harcsafilé almával és sajta sütve	1 139,81	272,68	24,96	16,73	6,47	4,12	0,84	1,22				
Burgonyapüré	811,55	194,15	5,34	1,43	0,83	38,61	3,19	2,37				
Banán	526,53	125,96	1,56	0,12	0,00	29,04	0,00	0,07				
Összesen:	3 117,37	745,78	36,34	24,92	9,98	89,93	6,07	5,39				



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 04. csütörtök	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tej	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33		
			Mini kuglóf	1 406,25	336,42	10,22	5,34	1,97	59,63	11,72	0,75		
		E	Lebbencsleves	762,33	182,38	4,46	6,29	1,51	26,38	0,86	1,50		
			Grill csirkecomb	681,33	163,00	23,13	7,31	1,63	0,93	0,16	0,85		
			Tökfőzelék	1 209,73	289,41	7,02	13,90	3,65	33,58	0,96	1,11		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
		V	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
			Liga margarin	75,24	18,00	0,04	2,00	0,60	0,04	0,04	0,08		
			Füstölt sajt	541,31	129,50	15,20	8,80	5,45	0,10	0,10	0,75		
			Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
		Teljes kiőrl.kifli	1 007,38	241,00	7,40	3,60	1,70	42,00	2,60	1,20			
		Összesen:	7 071,86	1 691,84	82,73	52,63	18,91	216,19	26,61	7,11			
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Lebbencsleves	762,33	182,38	4,46	6,29	1,51	26,38	0,86	1,50		
			Erdélyi töltött lucskos káposzta	1 324,20	316,80	23,12	14,93	4,93	22,18	0,00	3,40		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
			Pöttyös Rudi	431,38	103,20	2,85	5,64	4,59	11,79	11,46	0,33		
			Összesen:	3 185,04	761,98	36,31	28,30	11,39	89,27	12,50	5,77		





ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 05. péntek	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00			
			Delma szendvics margarin	37,62	9,00	0,02	1,00	0,31	0,02	0,02	0,02	0,04		
			Sajtos tavaszi pulyka rolád	401,28	96,00	6,00	7,50	2,85	1,05	0,25	1,00	1,00		
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01			
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 111,88	266,00	9,80	2,40	0,60	48,20	0,30	0,90	0,90		
			E	Legényfogó leves	971,23	232,35	23,25	7,18	2,66	18,33	0,81	0,84	0,84	
			Mogyorókrémes gombóc	3 040,52	727,40	12,80	26,03	3,07	110,18	31,94	2,36	2,36		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01			
			V	Gyümölcsjoghurt	721,04	172,50	8,26	3,00	2,00	25,00	22,76	0,12	0,12	
			Kifli	625,05	149,53	4,95	1,26	0,27	28,71	1,08	0,49	0,49		
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06				
		Összesen:	7 710,67	1 844,66	67,58	49,03	11,78	274,45	67,15	5,83				
		(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Legényfogó leves	971,23	232,35	23,25	7,18	2,66	18,33	0,81	0,84		
		Burgonyás tészta	2 486,88	594,95	18,26	11,81	1,55	102,48	0,27	1,00	1,00			
		Tejfölös uborka saláta	263,22	62,97	1,90	2,53	1,56	8,12	5,64	0,16	0,16			
	Összesen:	3 721,33	890,27	43,41	21,52	5,77	128,93	6,72	2,00					



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM