



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.04.08. - 2024.04.14.

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. 08. hétfő (00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E Zöldséges zöldbableves	513,24	122,59	4,43	2,56	0,33	19,91	1,25	1,04		
	Savanyú vetreце	1 114,18	266,55	23,18	15,09	5,58	9,15	2,52	1,23		
	Puliszka	1 822,28	435,95	12,00	3,88	0,45	87,75	0,00	0,35		
	Pöttyös Rudi	431,38	103,20	2,85	5,64	4,59	11,79	11,46	0,33		
	Összesen:		3 881,08	928,29	42,46	27,17	10,95	128,60	15,23	2,95	
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E Zöldséges zöldbableves	513,24	122,59	4,43	2,56	0,33	19,91	1,25	1,04		
	Hortobágyi húsos palacsinta	2 171,13	519,41	31,22	21,35	9,12	49,84	10,84	1,99		
	Körte	265,62	63,54	0,48	0,36	0,00	14,40	0,00	0,01		
	Összesen:		2 949,99	705,54	36,13	24,27	9,45	84,15	12,09	3,04	



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 09. kedd	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Brokkolikrémleves	616,21	147,42	7,11	5,00	0,92	18,27	0,65	0,40		
			Párizsi csirkemell	1 491,85	356,90	32,69	13,80	1,97	25,07	0,00	1,45		
			Petrezselymes burgonya	1 138,87	272,46	7,11	1,50	0,18	56,25	0,00	0,43		
			Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,10	0,00	2,40	1,90	1,00		
			Összesen:	3 306,93	791,13	47,51	20,40	3,07	101,99	2,55	3,28		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Brokkolikrémleves	616,21	147,42	7,11	5,00	0,92	18,27	0,65	0,40		
			Hétvezér tokány	1 339,34	320,42	23,38	20,53	6,19	9,56	1,05	0,79		
			Tészta köret	1 857,42	444,36	13,00	7,77	1,23	80,00	1,10	0,70		
			Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75		
		Összesen:	3 967,63	949,20	44,19	33,40	8,34	116,03	9,00	2,64			



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 10. szerda												
(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Zöldséges reszelttészta leves	408,02	97,61	2,98	2,51	0,32	15,52	0,16	1,31		
		Köményes sertéssült	1 120,31	268,02	25,09	15,98	4,07	5,67	0,17	1,23		
		Paradicsomos káposzta	1 471,75	352,09	7,63	8,37	0,95	61,64	33,48	1,11		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
		Összesen:	3 667,21	877,32	41,58	28,30	5,70	111,75	33,99	4,19		
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Zöldséges reszelttészta leves	408,02	97,61	2,98	2,51	0,32	15,52	0,16	1,31		
		Stefánia szelet	1 475,78	353,06	18,08	23,94	7,56	14,36	0,20	1,16		
		Rizi-bizi	1 819,29	435,24	10,87	8,84	1,00	77,39	0,43	0,28		
		Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,10	0,00	2,40	1,90	1,00		
		Összesen:	3 763,09	900,26	32,53	35,39	8,88	109,67	2,69	3,75		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 11. csütörtök												
(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Gombaleves	514,37	123,05	5,85	3,37	0,41	17,03	1,13	1,24		
		Afrikai harcsapörkölt	750,20	179,47	18,13	9,68	0,85	4,66	0,22	1,09		
		Párolt rizs	1 600,14	382,81	7,36	7,72	0,90	70,49	0,65	0,30		
		Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75		
		Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
		Összesen:	3 370,39	806,31	33,08	20,95	2,16	119,74	8,20	3,42		
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Gombaleves	514,37	123,05	5,85	3,37	0,41	17,03	1,13	1,24		
		Négysajtos gnocchi	2 193,06	486,97	17,27	28,21	11,87	69,66	17,14	2,13		
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06		
		Összesen:	3 146,20	714,99	24,42	31,68	12,28	110,89	18,27	3,43		





ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 12. péntek												
(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Erdélyi tárkonyos húsgombóclevés	1 240,68	296,81	17,83	14,12	4,76	24,01	1,15	0,60		
		Diós metélt	3 188,43	762,78	20,58	27,93	5,63	106,38	29,97	1,61		
		Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		Összesen:	4 545,44	1 087,42	38,73	42,37	10,39	135,99	31,12	2,22		
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Erdélyi tárkonyos húsgombóclevés	618,53	147,98	9,32	5,70	2,22	14,50	0,58	0,42		
		Túrógombóc	2 932,76	701,62	23,25	8,39	0,68	129,48	21,43	0,69		
		Vaníliás tejföl	357,71	85,58	1,30	6,00	3,90	6,60	6,60	0,05		
		Összesen:	3 909,00	935,18	33,87	20,09	6,80	150,58	28,61	1,16		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM