



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.04.15. - 2024.04.21.

	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. 15. hétfő	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E Zellerkrémleves	631,27	151,02	4,59	5,83	0,94	19,33	0,81	0,53		
		Mustáros kakukkfűves sertésragu	1 046,35	250,32	22,23	15,01	3,65	6,28	0,44	1,37		
		Sárgarépás barnarizs	1 689,02	402,59	7,74	8,71	1,02	73,09	0,65	1,15		
		Összesen:	3 366,64	803,93	34,56	29,55	5,61	98,70	1,90	3,05		
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E Zellerkrémleves	631,27	151,02	4,59	5,83	0,94	19,33	0,81	0,53			
	Rozmaringos csirkecomb	627,93	150,22	20,94	6,81	1,51	1,02	0,20	0,93			
	Jázmin rizs	1 578,56	377,65	6,66	8,33	1,03	68,40	0,45	0,29			
	Friss saláta joghurtos öntettel	468,41	112,06	5,77	3,67	2,11	13,44	0,64	0,52			
Összesen:	3 306,17	790,95	37,96	24,64	5,59	102,19	2,10	2,27				



# ISKOLA ÉTTEREM



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 16. kedd	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Zöldborsóleves	625,46	149,44	6,51	3,09	0,38	23,31	0,23	0,90		
			Csirkés carbonara	1 164,22	278,52	22,30	17,06	6,14	7,25	0,00	1,20		
			Tészta köret	1 857,42	444,36	13,00	7,77	1,23	80,00	1,10	0,70		
			Összesen:	3 647,10	872,32	41,81	27,92	7,75	110,56	1,33	2,80		
	(00625) Gimi-szakiskola	E	Narancslé	378,00	90,00	1,40	0,40	0,10	18,80	18,80	0,00		
			Hamburger	2 746,24	657,00	24,31	30,44	12,34	68,89	11,78	2,89		
			Összesen:	3 124,24	747,00	25,71	30,84	12,44	87,69	30,58	2,89		



# ISKOLA ÉTTEREM



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 17. szerda	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Csontleves cérnametélttel	370,43	88,62	3,70	2,03	0,03	13,69	0,83	1,80		
		Sertéspaprikás	1 225,89	293,27	22,71	19,24	6,07	6,96	1,14	1,51			
		Bulgur	1 641,50	392,70	12,29	6,90	0,87	75,87	0,00	0,34			
		Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75			
		Körte	221,35	52,95	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01			
	Összesen:	3 613,83	864,54	39,80	28,57	6,97	116,72	8,17	4,41				
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Csontleves cérnametélttel	370,43	88,62	3,70	2,03	0,03	13,69	0,83	1,80		
		Sertéskaraj sonkával és tormával besütve	1 554,22	371,82	30,80	21,36	7,28	13,82	8,07	1,57			
		Petrezselymes burgonya	1 138,87	272,46	7,11	1,50	0,18	56,25	0,00	0,43			
		Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75			
Körte		221,35	52,95	0,40	0,30	0,00	12,00	0,00	0,01				
Összesen:	3 439,53	822,85	42,71	25,29	7,49	103,96	15,10	4,56					



# ISKOLA ÉTTEREM



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 18. csütörtök												
(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Zöldséges karfiolleves	474,08	113,42	4,11	3,03	0,37	17,16	1,08	0,94		
		Erdélyi sertéstokány	1 703,53	407,54	26,33	23,50	8,09	21,92	1,66	0,84		
		Galuska	1 931,77	462,15	11,25	9,43	1,35	82,50	1,25	0,63		
		Csemege uborka	60,00	14,35	0,60	0,10	0,00	2,40	1,90	1,00		
		Összesen:	4 169,38	997,46	42,29	36,06	9,81	123,98	5,89	3,41		
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Zöldséges karfiolleves	474,08	113,42	4,11	3,03	0,37	17,16	1,08	0,94		
		Zöldséges piritott kínai tészta csirkemellel	2 493,26	596,47	40,17	13,60	1,92	76,25	2,48	1,01		
		Összesen:	2 967,34	709,89	44,28	16,63	2,29	93,41	3,56	1,95		



# ISKOLA ÉTTEREM



# ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 19. péntek															
(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Felesborsógulyás	1 424,84	340,87	23,91	10,48	2,44	37,20	0,18	1,25					
		Kakaós piskóta	1 084,47	259,44	7,95	5,87	2,06	42,71	22,52	0,54					
		Vanília sodó	603,34	144,34	4,77	2,54	1,34	25,43	12,01	0,19					
		Alma	174,50	41,75	0,48	0,48	0,00	8,40	0,00	0,01					
		Összesen:	3 287,15	786,40	37,11	19,37	5,84	113,74	34,71	1,99					
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Felesborsógulyás	1 424,84	340,87	23,91	10,48	2,44	37,20	0,18	1,25					
		Házi meggyes rétes	1 845,46	441,50	9,12	6,22	0,71	85,45	24,70	0,66					
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01					
		Összesen:	3 415,71	817,16	33,43	17,10	3,15	129,65	24,88	1,92					

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



# ISKOLA ÉTTEREM