



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.04.29. - 2024.05.05.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 04. 29. hétfő (00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R Tej	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33		
	Delma szendvics margarin	37,62	9,00	0,02	1,00	0,31	0,02	0,02	0,04		
	Gépsonka	244,53	58,50	7,65	2,25	0,90	1,90	0,15	1,20		
	Hónapos retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06		
	Teljes kiórl.kifli	1 007,38	241,00	7,40	3,60	1,70	42,00	2,60	1,20		
	E Karfiollevés	647,46	154,89	5,09	7,62	2,81	16,35	1,23	0,31		
	Bolognai spagetti	2 794,62	668,57	38,12	24,67	8,65	72,47	8,30	2,04		
	Körte	177,08	42,36	0,32	0,24	0,00	9,60	0,00	0,00		
	V Mákos nudli	3 628,46	868,05	22,40	23,03	3,64	142,14	29,97	1,49		
	Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:		9 214,07	2 204,32	90,38	66,60	20,05	305,61	42,27	6,68	



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 29. hétfő (00625) B menü (Gimi-szakiskola)		E	Karfiollevés	647,46	154,89	5,09	7,62	2,81	16,35	1,23	0,31		
			Kolbászos rántott borda	1 639,95	392,33	30,48	21,80	6,26	17,91	0,27	1,66		
			Gombás-rizottó	1 552,95	371,52	10,54	7,81	0,92	64,33	0,01	0,50		
			Összesen:	3 840,36	918,74	46,11	37,23	9,99	98,59	1,51	2,47		
2024. 04. 30. kedd (00540) Szakiskola Komló (A-menü)		R	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		
			Tolle trappista sajt	647,90	155,00	13,85	14,05	8,93	0,80	0,00	1,21		
			Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
			Teljes kiőrlésű zsemle	919,60	220,00	7,50	1,30	0,30	41,30	0,50	1,20		
		E	Tarhonyaleves	448,92	107,40	2,79	3,32	0,35	15,99	1,13	1,07		
			Dinó figurák	860,66	205,90	7,60	10,75	2,16	18,43	0,58	1,03		
			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		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 04. 30. kedd													
(00540) Szakiskola Komló / A	V	Sajtos pogácsa	2 690,42	643,64	15,64	33,66	15,64	78,20	2,04	0,00			
		Banán	438,77	104,97	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,06			
		Összesen:	8 199,83	1 961,68	71,51	73,94	29,21	260,40	16,44	5,46			
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Tarhonyaleves	448,92	107,40	2,79	3,32	0,35	15,99	1,13	1,07		
			Teriyaki harcsa	972,99	232,77	18,84	13,70	2,32	6,96	3,28	0,79		
			Fűszeres burgonya	1 232,93	294,96	7,55	1,98	0,24	60,22	0,01	0,57		
		Citrusos saláta	371,34	88,84	1,55	6,73	0,91	5,37	0,05	0,52			
		Őszibarack befőtt	271,20	64,88	0,54	0,04	0,01	17,46	15,90	0,00			
		Összesen:	3 297,38	788,85	31,27	25,77	3,83	106,00	20,37	2,95			
2024. 05. 02. csütörtök	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tej	507,15	121,33	8,50	3,75	2,04	13,25	0,00	0,33		
			Kakaós csiga	1 437,92	344,00	5,50	14,80	8,00	46,50	15,20	0,50		
	E	Burgonyaleves	787,76	188,46	4,90	6,48	2,68	27,13	2,09	0,43			
		Lecsós csirkemáj	928,63	222,16	23,15	9,76	2,23	10,05	0,45	0,70			
		Párolt rizs	1 600,14	382,81	7,36	7,72	0,90	70,49	0,65	0,30			
		Narancs	138,49	33,13	0,48	0,16	0,00	6,80	0,00	0,01			
	V	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00			
		Körözött	349,51	83,61	7,62	4,63	2,90	2,67	1,45	0,36			



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 02. csütörtök		(00540) Szakiskola Komló (A)		V	Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
					Teljes kiőrlésű zsemle	919,60	220,00	7,50	1,30	0,30	41,30	0,50	1,20	
		Összesen:				6 883,21	1 646,70	65,89	48,80	19,05	229,55	30,33	3,83	
2024. 05. 03. péntek		(00625) B menü (Gimi-szakiskola)		E	Burgonyaleves	787,76	188,46	4,90	6,48	2,68	27,13	2,09	0,43	
					Provancei csirke	1 093,85	261,69	20,71	10,79	1,79	18,29	6,40	0,74	
					Hajdina	1 520,20	363,68	8,79	7,13	0,95	64,17	0,00	0,58	
					Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04	
		Összesen:				3 752,83	897,81	35,44	24,48	5,42	128,95	8,49	1,79	
		(00540) Szakiskola Komló (A-menü)		R	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00	
					Csemege szalámi	438,06	104,80	3,60	10,00	4,20	0,08	0,08	0,66	
					Hónapos retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06	
					Teljes kiőrl.kifli	1 007,38	241,00	7,40	3,60	1,70	42,00	2,60	1,20	
				E	Csirkeraguleves	848,68	203,03	20,02	6,11	0,82	16,56	0,14	1,20	
					Szilvatólteléken gombóc fahéjas porcukorral	2 673,54	639,60	12,01	8,65	1,44	122,19	46,73	0,93	
					Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01	
				V	Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04	



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 03. péntek	(00540) Szakiskola Kémia	V	Vaníliás ízű krémpuding	1 025,00	244,04	4,80	6,00	4,20	42,00	0,00	0,40		
			Kifli	625,05	149,53	4,95	1,26	0,27	28,71	1,08	0,49	 	
			Összesen:	7 290,67	1 743,00	55,02	36,14	12,63	287,54	60,62	4,99		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Csirkeraguleves	848,68	203,03	20,02	6,11	0,82	16,56	0,14	1,20	 	
			Túrós csusza	2 296,03	549,29	22,62	20,68	9,70	67,42	4,30	0,53	 	
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
	Összesen:	3 290,12	787,11	43,04	27,19	10,52	90,98	4,44	1,74				

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM