



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.05.13. - 2024.05.19.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 13. hétfő (00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00		
	Familia toast sonkás szelet	192,28	46,00	6,00	2,00	0,80	1,00	0,20	1,25		
	Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01		
	Vizes zsemle	1 390,40	332,64	11,22	1,32	0,00	66,32	0,22	1,20		
	E Csontleves cérnametéllel	370,43	88,62	3,70	2,03	0,03	13,69	0,83	1,80		
	Znaimi sertésborda	1 275,26	305,09	23,03	20,49	6,80	6,81	1,60	1,32		
	Petrezselymes burgonya	1 138,87	272,46	7,11	1,50	0,18	56,25	0,00	0,43		
	Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
	V Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
	Diós nudli	3 589,99	858,85	20,53	28,19	4,80	130,08	29,97	1,48		
	Összesen:	8 958,56	2 143,21	78,59	57,45	12,99	320,43	42,99	8,04		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 13. hétfő (00625) B menü (Gimi-szakiskola)												
E	Csontleves cérnametélttel	370,43	88,62	3,70	2,03	0,03	13,69	0,83	1,80			
	Gyuvetsaki (csirkés-tésztás paradicsomos rakott)	2 838,31	679,02	49,30	19,27	6,84	76,41	0,88	1,37			
	Banán	438,77	104,96	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,05			
	Összesen:	3 647,51	872,60	54,30	21,40	6,87	114,30	1,71	3,22			
2024. 05. 14. kedd (00540) Szakiskola Komló (A-menü)												
R	Kakaó	663,64	158,70	8,66	3,88	2,09	21,97	8,58	0,35			
	Fahéjas csiga	1 613,48	386,00	5,00	20,50	10,50	25,50	14,20	0,74			
E	Fokhagymakrém leves	680,69	162,85	5,02	7,71	2,79	18,14	1,88	1,42			
	Görög csirke paradicsomszószban	1 098,18	262,72	24,47	14,15	2,39	7,29	1,13	0,49			
	Tészta köret	1 857,42	444,36	13,00	7,77	1,23	80,00	1,10	0,70			
	Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04			
V	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00			
	Hónapos retek	24,36	5,83	0,48	0,04	0,00	0,88	0,00	0,06			
	Teljes kiórl.kifli	1 511,07	361,50	11,10	5,40	2,55	63,00	3,90	1,80			



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 14. kedd		2024. 05. 15. szerda									
B menü (Gimi-szakiskola) (00625) 00540	V	Kenőmájas	536,50	127,74	5,00	11,15	5,40	0,85	0,00	0,75	
		Összesen:	8 517,61	2 037,04	74,17	70,76	26,95	247,15	40,78	6,35	
	E	Fokhagymakrém leves	680,69	162,85	5,02	7,71	2,79	18,14	1,88	1,42	
		Marhapörkölt	1 118,82	267,66	19,75	13,73	1,35	5,04	0,22	1,22	
		Galuska	1 931,77	462,15	11,25	9,43	1,35	82,50	1,25	0,63	
	Káposzta saláta	250,08	59,83	1,98	0,28	0,03	11,97	5,00	0,24		
	Összesen:	3 981,36	952,49	38,00	31,15	5,52	117,65	8,35	3,51		
Szakiskola Komló (A-menü) (00540)	R	Tej	608,58	145,59	10,20	4,50	2,44	15,90	0,00	0,40	
		Póréhagymás vajkrém	310,80	74,35	0,44	7,70	5,14	1,06	0,88	0,00	
		Paradicsom	36,62	8,76	0,40	0,08	0,02	1,60	0,00	0,01	
		Teljes kiőrl.kifli	1 007,38	241,00	7,40	3,60	1,70	42,00	2,60	1,20	
	E	Zöldséges reszeltészta leves	408,02	97,61	2,98	2,51	0,32	15,52	0,16	1,31	
		Sertéspörkölt	1 105,29	264,42	23,85	16,44	4,02	4,88	0,22	0,54	
		Felesborsófőzelék	1 262,52	302,04	16,87	4,96	0,64	47,12	0,00	1,00	
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54	
V	Dubarry halszelet	1 435,32	343,38	25,61	20,86	7,53	12,31	0,02	1,72		
	Hagymás törtburgonya	1 374,13	328,74	7,48	6,17	0,70	59,32	0,00	0,24		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 15. szerda		00540									
B menü (Gimi-szakiskola) (00625)	V	Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75	
		Összesen:	8 370,45	2 002,49	101,81	68,36	22,87	236,83	10,26	7,71	
	E	Zöldséges reszelttészta leves	408,02	97,61	2,98	2,51	0,32	15,52	0,16	1,31	
		Harcaszelet sült retekkel	856,93	205,01	19,83	10,44	1,95	6,51	0,03	0,78	
		Borsos pirított burgonya	1 241,40	296,99	6,27	7,51	3,36	50,17	0,04	0,54	
		Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75	
Szakiskola Komló (A-menü) (00540)		Őszibarack befőtt	271,20	64,88	0,54	0,04	0,01	17,46	15,90	0,00	
		Összesen:	2 932,21	701,49	30,32	20,60	5,64	97,86	22,33	3,38	
	R	Tejeskávé	785,38	187,89	8,68	3,78	2,04	29,42	14,99	0,34	
		Sajtos pogácsa	1 345,21	321,82	7,82	16,83	7,82	39,10	1,02	0,00	
	E	Gyümölcsleves	853,72	204,24	4,70	1,31	0,57	42,06	19,98	0,50	
		Fűszeres csirkecombfilé	856,24	204,84	22,47	11,94	2,00	0,10	0,00	0,67	
csütörtök		Sárgarépás rizs	1 689,02	404,07	7,74	8,71	1,02	73,09	0,65	1,15	
		Görög saláta	692,20	165,60	4,46	11,25	2,55	14,29	0,00	1,09	
	V	Tea	181,25	43,36	0,40	0,08	0,00	10,16	9,99	0,00	



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 16. csütörtök		2024. 05. 17. péntek									
(00540) Szakiskola Komló / A menü	V	Füstölt sajt	541,31	129,50	15,20	8,80	5,45	0,10	0,10	0,75	
		Póréhagyma	61,66	14,75	0,88	0,12	0,00	2,52	0,00	0,01	
		Teljes kiőrlésű zsemle	919,60	220,00	7,50	1,30	0,30	41,30	0,50	1,20	
		Összesen:	7 925,59	1 896,07	79,85	64,12	21,75	252,14	47,23	5,71	
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Orjaleves petrezselymes galuskával	583,59	139,61	5,48	2,26	0,14	24,24	0,83	0,62	
		Eszterházy csirketokány	747,63	178,86	21,19	7,29	2,21	6,85	2,44	1,03	
		Spagetti	1 655,16	395,97	13,50	8,63	1,19	65,61	0,00	0,88	
		Összesen:	2 986,38	714,44	40,17	18,18	3,54	96,70	3,27	2,53	
(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	0,04	
		Paprikás szalámi	470,67	112,60	4,08	8,60	3,96	0,76	0,08	0,80	
		Paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00	
		Teljes kiőrlésű kenyér	1 111,88	266,00	9,80	2,40	0,60	48,20	0,30	0,90	
	E	Májgaluska leves	1 035,97	247,84	18,30	7,89	1,57	25,25	0,42	0,52	
		Császármorzsa	2 753,37	658,70	17,52	23,55	5,76	92,91	2,25	1,20	
		Gyümölcsöntet	267,68	64,04	0,72	0,10	0,00	14,22	5,99	0,01	



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 17. péntek	(00540) Szakiskola Komló / A menü	V	Pöttyös Rudi	862,76	206,40	5,70	11,28	9,18	23,58	22,92	0,66		
			Kifli	625,05	149,53	4,95	1,26	0,27	28,71	1,08	0,49		
			Banán	526,53	125,96	1,56	0,12	0,00	29,04	0,00	0,07		
			Összesen:	7 905,54	1 891,27	63,53	56,40	21,65	274,05	43,05	4,69		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Májgaluska leves	1 035,97	247,84	18,30	7,89	1,57	25,25	0,42	0,52		
			Túrós palacsinta	1 933,45	462,55	21,59	17,65	9,36	53,15	24,45	1,28		
			Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
			Összesen:	3 114,83	745,18	40,29	25,94	10,93	85,40	24,87	1,81		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!