



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.04.14. - 2025.04.20.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/14/2025 hétfő	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Csontleves tésztabetéttel SZI.	370.43	88.62	3.70	2.03	0.03	13.69	0.83	0.43		0.00
			Pírtott baconos s.borda SZI.	1 305.16	312.24	22.82	20.97	5.50	7.74	0.51	0.78		131.93
			Burgonyafőzelék SZI.	1 368.03	327.28	7.28	10.90	3.81	48.95	1.72	0.46		0.00
			Teljes kiőrl.kenyér 0,50kg Rie	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		0.00
			Összesen:	3 710.75	887.74	39.68	35.34	9.70	99.30	3.24	2.21		131.93
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Csontleves tésztabetéttel SZI.	370.43	88.62	3.70	2.03	0.03	13.69	0.83	0.43		0.00
			Kínai pír. észta,csirkem.SZI.	2 493.26	596.47	40.17	13.60	1.92	76.25	2.07	1.01		0.00
			Pöttyös natúr rudi 30 gr.	431.38	103.20	2.85	5.64	4.59	11.79	11.46	0.33		0.00
			Összesen:	3 295.07	788.29	46.72	21.27	6.54	101.73	14.36	1.77		0.00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

4/15/2025 kedd	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Zöldborsóleves SZL.	625.46	149.44	6.51	3.09	0.38	23.31	0.23	0.31		0.00
			Csirkés carbonara SZL.	1 164.22	278.52	22.30	17.06	6.14	7.25	0.00	0.61		0.00
			Tészta köret 4 toj.* SZL.	1 857.42	444.36	13.00	7.77	1.23	80.00	0.10	0.70		0.00
			Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		0.00
			Összesen:	3 998.12	956.30	42.85	28.00	7.75	129.92	0.33	1.66		0.00
	(00625) Gimi-szakiskola) B menü	E	Hamburger SZL.	2 746.24	657.00	24.31	30.44	12.34	68.89	15.24	2.89		0.00
			Narancslé 100% 0,20 l, Happy D	378.00	90.00	1.40	0.40	0.10	18.80	18.80	0.00		0.00
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		0.00
			Összesen:	3 563.01	851.97	27.01	30.94	12.44	111.89	34.04	2.95		0.00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

4/16/2025 szerda	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Gyümölcsleves SZI.	853.72	204.24	4.70	1.31	0.57	42.06	19.98	0.50	 	0.00
			Sertéspaprikás SZI.	1 232.41	294.83	22.72	19.26	6.08	7.30	1.63	1.58	 	0.00
			Bulgur SZI.	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		0.00
			Céklasaláta 4250/2000 gr. 5/1,	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		0.00
			Összesen:	3 739.19	894.54	39.18	27.44	7.49	125.84	27.81	3.16		0.00
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Gyümölcsleves SZI.	853.72	204.24	4.70	1.31	0.57	42.06	19.98	0.50	 	0.00
			S.karaj sonka,torm.besüt.SZI.	1 554.22	371.82	30.80	21.36	7.28	13.82	9.41	1.57		0.00
			Burgonya petrezselymes SZI.	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		0.00
			Céklasaláta 4250/2000 gr. 5/1,	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		0.00
			Összesen:	3 701.47	885.52	43.31	24.27	8.03	120.33	35.59	3.25		0.00

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM