



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 (00540) Szakiskola Komló (A-menü)		R	Tejeskávé	785.38	187.89	8.68	3.78	2.04	29.42	14.99	0.34		
			Főtt tojás	276.19	66.07	5.40	4.80	1.24	0.24	0.00	0.14		
			Paradicsom	36.62	8.76	0.40	0.08	0.02	1.60	0.00	0.01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 111.88	266.00	9.80	2.40	0.60	48.20	0.30	0.90		
		E	Csontleves cércnametélttel	370.43	88.62	3.70	2.03	0.03	13.69	0.83	0.43		
			Pírtott baconos sertésborda	1 305.16	312.24	22.82	20.97	5.50	7.74	0.51	0.78		
			Burgonyafőzelék	1 368.03	327.28	7.28	10.90	3.81	48.95	1.72	0.46		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		V	Lenmagos húspogácsa szelet	1 807.12	432.33	24.16	30.62	8.28	14.47	0.20	0.65		
			Francia saláta	697.26	166.79	8.07	4.11	11.19	26.75	3.89	1.38		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	8 570.61	2 050.37	96.59	81.53	33.07	226.98	22.62	5.64		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

4/14/2025 hétfő	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Csontleves cércsamerlettel	370.43	88.62	3.70	2.03	0.03	13.69	0.83	0.43		
			Zöldséges pirított kínai tészta csirkemellel	2 493.26	596.47	40.17	13.60	1.92	76.25	2.07	1.01		
			Pöttyös Rudi	431.38	103.20	2.85	5.64	4.59	11.79	11.46	0.33		
			Összesen:	3 295.07	788.29	46.72	21.27	6.54	101.73	14.36	1.77		
4/15/2025 kedd	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
			Duplakakaós tekercs	1 970.87	471.50	5.64	23.81	11.62	57.50	27.03	0.69		
		E	Zöldborsóleves	625.46	149.44	6.51	3.09	0.38	23.31	0.23	0.31		
			Csirkés carbonara	1 164.22	278.52	22.30	17.06	6.14	7.25	0.00	0.61		
			Tészta köret	1 857.42	444.36	13.00	7.77	1.23	80.00	0.10	0.70		
			Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
		V	Narancslé	378.00	90.00	1.40	0.40	0.10	18.80	18.80	0.00		
			Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

4/15/2025 kedd	(00540) Szakiskola Vomlák / A menü	V	Zala felvágott	403.37	96.50	6.50	7.50	2.70	0.75	0.00	0.83		
			Hónapos rettek	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		
			Összesen:	8 326.87	1 991.46	72.79	68.10	26.21	263.12	48.78	4.81		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Hamburger	2 746.24	657.00	24.31	30.44	12.34	68.89	15.24	2.89		
			Narancslé	378.00	90.00	1.40	0.40	0.10	18.80	18.80	0.00		
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	3 563.01	851.97	27.01	30.94	12.44	111.89	34.04	2.95		
4/16/2025 szerda	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Kakaó	663.64	158.70	8.66	3.88	2.09	21.97	8.58	0.35		
			Póréhagymás vajkrém	310.80	74.35	0.44	7.70	5.14	1.06	0.88	0.00		
			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		
		E	Gyümölcsleves	853.72	204.24	4.70	1.31	0.57	42.06	19.98	0.50		
			Sertéspaprikás	1 232.41	294.83	22.72	19.26	6.08	7.30	1.63	1.58		
			Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		
			Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

4/16/2025 szerda	(00540) Szakiskola V. évfolyam / A. menü	V	Tejhabos puding	1 287.44	308.00	2.80	8.40	7.00	54.96	43.40	0.52	 	
			Kifli	625.05	149.53	4.95	1.26	0.27	28.71	1.08	0.49	 	
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	8 017.25	1 917.93	65.31	50.20	22.29	299.24	82.25	5.78		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Gyümölcsleves	853.72	204.24	4.70	1.31	0.57	42.06	19.98	0.50	 	
			Sertéskaraj sonkával és tormával besütve	1 554.22	371.82	30.80	21.36	7.28	13.82	9.41	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		
			Összesen:	3 701.47	885.52	43.31	24.27	8.03	120.33	35.59	3.25		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM