



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.04.28. - 2025.05.04.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/28/2025 hétfő	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Burgonya petrezselymes SZI.	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		0.00
			Zöldséges karfiollevés SZI.	474.08	113.42	4.11	3.03	0.37	17.16	1.08	0.45		0.00
			Znaimi sertésomb SZI.	1 275.51	305.14	23.03	20.49	6.80	6.81	1.93	1.32		0.00
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		0.00
			Összesen:	3 109.81	743.97	34.65	25.32	7.35	92.22	3.01	2.21		0.00
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Zöldséges karfiollevés SZI.	474.08	113.42	4.11	3.03	0.37	17.16	1.08	0.45		0.00
			Rántott camembert nuggets SZI.	1 543.89	369.35	13.00	26.17	12.14	1.82	1.50	1.30		0.00
			Jázmin rizs SZI.	1 578.56	377.65	6.66	8.33	1.03	68.40	0.11	0.29		0.00
			Áfonya extradzsem, Mondoletti	293.44	70.20	0.13	0.01	0.00	17.40	16.02	0.00		0.00
			Összesen:	3 889.97	930.62	23.90	37.54	13.54	104.78	18.71	2.04		0.00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

4/29/2025 kedd	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Tarhonyaleves SZI.	450.88	107.87	2.79	3.33	0.35	16.09	1.18	1.09		0.00
			Sült csirkecomb SZI.	623.54	149.17	20.90	6.79	1.51	0.83	0.18	0.43		0.00
			Lencsefőzelék SZI.	1 803.62	431.49	23.90	12.20	3.11	55.99	1.56	0.25		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:	3 545.17	848.13	53.47	23.76	5.33	101.83	3.10	2.31		0.00
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Tarhonyaleves SZI.	450.88	107.87	2.79	3.33	0.35	16.09	1.18	1.09		0.00
			Parajos lasagne SZI.	2 210.75	528.89	23.34	23.15	15.64	56.29	2.51	1.08		0.00
			Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01		0.00
			Összesen:	2 927.25	700.30	26.61	26.84	15.99	86.78	3.69	2.18		0.00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

4/30/2025 szerda	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Fokhagymakrém leves SZI.	680.69	162.85	5.02	7.71	2.79	18.14	2.16	1.42		0.00
			Pírtott napraforgómag SZI.	243.67	58.29	2.25	4.90	0.00	1.23	0.00	0.00		0.00
			Milánói makaróni(sl.)SZI.	3 575.72	855.44	38.74	41.34	14.35	81.02	9.75	2.39		0.00
			Összesen:	4 500.08	1 076.58	46.01	53.95	17.14	100.39	11.91	3.81		0.00
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Fokhagymakrém leves SZI.	680.69	162.85	5.02	7.71	2.79	18.14	2.16	1.42		0.00
			Pírtott napraforgómag SZI.	243.67	58.29	2.25	4.90	0.00	1.23	0.00	0.00		0.00
			Rántott harcsa szelet SZI.	1 328.52	317.83	21.60	13.43	1.59	26.97	0.80	1.01		0.00
			Sült zöldséges burgonya SZI.	954.99	228.47	6.39	1.46	0.15	46.18	0.20	0.60		0.00
			Tejszelet Kinder 28 gr	493.24	118.00	2.20	7.80	4.60	9.50	11.46	0.17		0.00
			Összesen:	3 701.11	885.44	37.46	35.30	9.13	102.02	14.62	3.20		0.00

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM