



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	(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	0.00	0.04		
			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 kiőrl.kifli	1 007.38	241.00	7.40	3.60	1.70	42.00	2.60	1.20		
		E	Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		
			Zöldséges karfiollevés	474.08	113.42	4.11	3.03	0.37	17.16	1.08	0.45		
			Znaimi sertéscomb	1 275.51	305.14	23.03	20.49	6.80	6.81	1.93	1.32		
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
		V	Zöldborsós csirkemell	945.87	226.28	27.64	6.80	0.86	13.19	0.00	1.17		
			Párolt rizs	1 600.14	382.81	7.36	7.72	0.90	70.49	0.65	0.40		
			Összesen:	7 520.78	1 799.22	91.37	53.07	14.42	233.01	6.26	5.50		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

4/28/2025 hétfő	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Zöldséges karfiollevés	474.08	113.42	4.11	3.03	0.37	17.16	1.08	0.45		
			Rántott camembert nuggets	1 543.89	369.35	13.00	26.17	12.14	1.82	1.50	1.30		
			Jázmin rizs	1 578.56	377.65	6.66	8.33	1.03	68.40	0.11	0.29		
			Áfonyás dzsem	293.44	70.20	0.13	0.01	0.00	17.40	16.02	0.00		
			Összesen:	3 889.97	930.62	23.90	37.54	13.54	104.78	18.71	2.04		
4/29/2025 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		
			Gouda sajt	746.76	178.65	12.47	13.72	7.68	1.11	0.00	1.02		
			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	Tarhonyaleves	450.88	107.87	2.79	3.33	0.35	16.09	1.18	1.09		
			Sült csirkecomb	623.54	149.17	20.90	6.79	1.51	0.83	0.18	0.43		
			Lencsefőzelék	1 803.62	431.49	23.90	12.20	3.11	55.99	1.56	0.25		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Főtt bécsi rudacska	572.66	137.00	6.50	12.50	3.85	0.00	0.00	1.05		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

4/29/2025 kedd	(00540) Szakiskola V menü (A)	V	Ketchup	137.94	33.00	0.45	0.09	0.00	7.50	7.20	0.45	
			Kukoricás kenyér	1 191.30	285.00	9.60	1.00	0.00	59.00	0.00	1.20	
			Összesen:	7 546.31	1 805.34	91.29	53.65	17.46	232.28	30.80	7.27	
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Tarhonyaleves	450.88	107.87	2.79	3.33	0.35	16.09	1.18	1.09	
			Parajos lasagne	2 210.75	528.89	23.34	23.15	15.64	56.29	2.51	1.08	
			Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01	
			Összesen:	2 927.25	700.30	26.61	26.84	15.99	86.78	3.69	2.18	
	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Pöttyös kakaó	585.20	140.00	7.00	3.20	2.20	19.60	19.40	0.24	
			Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04	
			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	Fokhagymakrém leves	680.69	162.85	5.02	7.71	2.79	18.14	2.16	1.42	
			Pirított napraforgómag	243.67	58.29	2.25	4.90	0.00	1.23	0.00	0.00	
			Milánói makaróni	3 575.72	855.44	38.74	41.34	14.35	81.02	9.75	2.39	
		V	Kinder tejszelet	986.48	236.00	4.40	15.60	9.20	19.00	22.92	0.34	



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

4/30/2025 szerda	(00540)	V	Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	8 017.95	1 918.18	70.21	87.49	34.75	206.17	56.91	6.41		
	(00625)	E	Fokhagymakrém leves	680.69	162.85	5.02	7.71	2.79	18.14	2.16	1.42		
			Pírtott napraforgómag	243.67	58.29	2.25	4.90	0.00	1.23	0.00	0.00		
			Rántott harcsa	1 328.52	317.83	21.60	13.43	1.59	26.97	0.80	1.01		
			Sült zöldséges burgonya	954.99	228.47	6.39	1.46	0.15	46.18	0.20	0.60		
			Kinder tejszelet	493.24	118.00	2.20	7.80	4.60	9.50	11.46	0.17		
			Összesen:	3 701.11	885.44	37.46	35.30	9.13	102.02	14.62	3.20		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!



ISKOLA ÉTTEREM