



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.05.26. - 2025.06.01.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/26/2025 hétfő	(00619)	Szakiskola laktózmentes Komló	E Kertészleves	395.42	94.40	4.36	2.13	0.29	14.09	0.10	1.05		
			Főtt hús	665.70	159.26	21.00	8.10	2.89	0.40	0.00	1.19		
			Serpenyős burgonya	1 260.79	301.63	7.06	5.28	0.60	55.08	0.41	0.41		
			Vitamin saláta	263.34	63.00	1.63	0.20	0.02	13.39	6.99	0.26		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	3 318.27	793.65	39.27	17.15	4.10	116.66	7.65	3.36		
5/27/2025 kedd	(00619)	Szakiskola laktózmentes Komló	E Fokhagymakrém leves (tejmentes)	536.76	128.41	2.45	4.52	0.48	19.42	1.98	1.19		
			Borsos tokány	1 147.20	274.45	22.39	17.94	5.36	5.46	0.34	1.05		
			Párolt rizs	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
			Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		
			Összesen:	3 517.68	841.55	34.02	30.44	6.77	106.60	7.32	2.79		



ISKOLA ÉTTEREM

5/28/2025 szerda (00619) Szakiskola laktómentes Komló	E	Tarhonyaleves	423.37	101.29	2.53	3.29	0.34	14.85	0.10	0.95	 	
		Pulykasült	691.90	165.53	20.52	9.19	1.98	0.13	0.00	1.20		
		Magyaros zöldborsófőzelék	1 178.07	281.84	14.51	7.43	0.74	38.50	2.00	0.23		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
		Összesen:	3 399.24	813.23	44.74	21.45	3.42	106.60	2.28	2.98		
5/29/2025 csütörtök (00619) Szakiskola laktómentes Komló	E	Daragaluskaleves	675.99	161.72	3.28	8.14	0.97	18.43	0.00	0.95	  	
		Ratatouille csirkemell	892.15	213.43	29.22	6.75	0.91	8.35	0.00	1.20		
		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		
		Összesen:	3 374.14	807.21	45.49	17.83	2.42	111.95	0.18	3.12		



ISKOLA ÉTTEREM

5/30/2025 péntek (00619) Szakiskola laktózzmentes Komló	E	Babgulyás	1 607.03	384.46	24.03	14.92	2.92	37.94	0.18	1.78	 	
		Almás pite (TEJMENTES)	2 900.41	693.88	11.10	22.14	9.81	112.63	31.48	1.58		
		Összesen:	4 507.44	1 078.34	35.13	37.06	12.73	150.57	31.66	3.36		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!