



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.06.23. - 2025.06.29.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/23/2025 hétfő	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Gombaleves	518.67	124.08	5.78	3.37	0.41	17.35	0.97	1.21		
			Sertésborda parasztosan	2 805.20	671.10	32.76	28.49	6.95	68.87	0.32	0.79		
			Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		
			Összesen:	3 573.95	855.01	40.52	32.14	7.39	98.19	6.29	2.24		
6/24/2025 kedd	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Zöldborsóleves	625.46	149.44	6.51	3.09	0.38	23.31	0.23	0.31		
			Tejszínes baconos csirkés penne	2 940.63	703.50	44.71	26.66	12.19	71.29	0.18	2.19		
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	4 004.86	957.91	52.52	29.85	12.57	118.80	0.41	2.56		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

6/25/2025 szerda (00545)	Gimnázium Komló (A-menü)	E	Fokhagymakrém leves	683.04	163.41	4.95	7.70	2.79	18.36	1.95	1.37		
			Debreceni tokány	1 242.89	297.34	25.41	19.02	6.21	5.74	0.41	0.83		
			Párolt rizs	1 601.54	383.14	7.32	7.71	0.90	70.63	0.52	0.37		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Összesen:	3 587.47	858.24	38.28	34.53	9.90	97.13	4.78	3.57		
6/26/2025 csütörtök (00545)	Gimnázium Komló (A-menü)	E	Köménymagleves	445.82	106.65	1.89	5.45	1.57	11.29	0.20	0.10		
			Vagdalt	1 543.13	369.17	16.90	24.64	7.32	19.11	0.44	0.66		
			Fehérbabfőzelék	1 675.58	400.86	20.39	10.21	3.12	56.44	1.33	0.49		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Szilva	201.32	48.16	0.56	0.14	0.00	10.48	0.00	0.01		
			Összesen:	4 532.98	1 084.44	45.62	41.88	12.37	126.24	2.15	1.80		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

6/27/2025 péntek (00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Májgaluska leves	1 035.97	247.84	18.30	7.89	1.57	25.25	0.65	0.52	    	
		Mákos guba	2 068.21	494.78	17.01	16.03	4.87	69.17	19.19	0.83	 	
		Vanília sodó	603.34	144.34	4.77	2.54	1.34	25.43	12.01	0.19		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 852.93	921.75	40.48	26.86	7.78	126.85	31.85	1.55		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM