



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.08.18. - 2025.08.24.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
8/18/2025 hétfő	(00579)	Szakiskola szünidei étk. Komló	E Tavaszi zöldségleves vajgaluskával	563.27	134.75	4.79	5.33	1.42	16.67	0.88	0.41		
			Ajvámártásos húscsík	1 710.54	409.22	29.27	30.04	13.09	6.49	2.44	1.17		
			Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		
			Összesen:	3 772.21	902.44	45.12	42.14	15.35	91.44	3.32	1.91		
8/19/2025 kedd	(00579)	Szakiskola szünidei étk. Komló	E Csontleves cércsónakéval	400.73	95.87	4.05	2.08	0.07	15.04	1.00	0.65		
			Aprópecsenye	940.78	225.07	21.56	13.72	3.52	3.48	0.32	1.00		
			Zöldborsófőzelék	1 270.94	304.05	16.13	8.16	1.15	40.78	2.00	0.30		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	3 549.21	849.09	48.10	25.64	5.10	102.70	3.50	2.49		



ISKOLA ÉTTEREM

8/21/2025 csütörtök (00579)	Szakiskola szüneti étk. Komló	E	Gyümölcsleves	853.72	204.24	4.70	1.31	0.57	42.06	19.98	0.50		
			Flekken szelet	1 068.15	255.54	23.55	15.36	3.86	5.43	0.19	1.26		
			Hagymás törtburgonya	1 374.13	328.74	7.48	6.17	0.70	59.32	0.00	0.24		
			Uborka saláta	158.61	37.95	1.48	0.14	0.00	7.65	5.00	0.15		
			Összesen:	3 454.61	826.47	37.21	22.98	5.13	114.46	25.17	2.15		
8/22/2025 péntek (00579)	Szakiskola szüneti étk. Komló	E	Májgaluska leves	1 035.97	247.84	18.30	7.89	1.57	25.25	0.65	0.52		
			Mákos nudli	3 628.46	868.05	22.40	23.03	3.64	142.14	29.97	1.49		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	4 780.76	1 143.72	41.02	31.24	5.21	172.99	30.62	2.02		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!