

Tételes étlap 2025.09.01. - 2025.09.07.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
9/1/2025 hétfő	(00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Joghurtos fejtett bableves (gluténmentes)	863.54	206.59	7.58	5.80	0.95	30.09	0.47	1.23	 	
				Spagetti (gluténmentes)	1 367.53	327.16	3.20	6.85	0.83	61.60	2.69	0.94		
				Bechameles csirkeragu (tej-gluténmentes)	859.19	205.55	25.05	8.01	1.09	7.79	0.87	0.39		
				Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		
			Összesen:	3 264.76	781.05	36.31	21.14	2.87	107.88	4.03	2.57			
9/2/2025 kedd	(00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Kertészleves (gluténmentes)	369.75	88.46	3.26	1.93	0.22	14.19	0.34	1.07		
				Lecsós ragu (gluténmentes)	952.19	227.80	21.92	12.03	3.34	7.46	0.70	1.31		
				Párolt rizs (gluténmentes)	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
				Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Összesen:	3 242.62	775.75	32.98	21.96	4.46	109.50	1.04	2.70			

9/3/2025 szerda (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldségleves (gluténmentes)	387.07	92.60	1.80	2.66	0.31	14.90	0.34	0.36		
			Znaimi sertéscomb (gluténmentes)	1 273.84	304.75	22.74	20.58	6.83	6.52	1.93	1.32	  	
			Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	3 311.83	792.31	33.10	26.29	7.52	101.17	3.42	2.96		
9/4/2025 csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldborsóleves (gluténmentes)	591.76	141.57	5.04	2.96	0.34	22.98	0.36	0.33		
			Sárgarépás rizs	1 672.52	400.12	7.58	8.69	1.01	72.34	0.00	1.26		
			Mustáros sült csirkecombfilé (gluténmentes)	1 107.15	264.87	23.95	14.50	2.56	7.27	1.45	0.88	 	
			Pírtott napraforgómag	243.67	58.29	2.25	4.90	0.00	1.23	0.00	0.00		
			Összesen:	3 615.10	864.85	38.82	31.05	3.91	103.82	1.81	2.47		



ISKOLA ÉTTEREM

9/5/2025 péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Rozmaringos csirkeraguleves (gluténmentes)	896.78	214.54	19.03	5.84	0.76	20.63	0.30	0.51		
		Burgonyás tészta (gluténmentes)	2 353.65	563.08	8.37	10.22	1.22	106.67	3.53	0.71		
		Uborka saláta	176.63	42.26	1.49	0.14	0.00	8.70	5.99	0.05		
		Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		
		Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00		
		Összesen:	3 994.06	955.53	30.48	21.00	5.88	155.83	19.27	1.28		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!