

Tételes étlap 2025.09.15. - 2025.09.21.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
9/15/2025 hétfő	(00582)	E	Szakiskola gluténmentes Komló	Zöldségleves (gluténmentes)	387.07	92.60	1.80	2.66	0.31	14.90	0.34	0.36		
				Sertésült csíkok (gluténmentes)	1 084.65	259.48	21.70	15.80	3.79	7.00	0.31	1.32		
				Paradicsommártás, Főtt burgonya (gluténmentes)	1 769.49	423.32	7.79	6.85	0.87	79.20	23.22	0.27		
				Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
						Összesen:	3 753.26	897.90	32.74	26.86	5.17	124.60	25.02	2.80
9/16/2025 kedd	(00582)	E	Szakiskola gluténmentes Komló	Brokkolikrémleves (gluténmentes)	515.52	123.33	5.14	4.23	0.86	15.33	0.09	0.30	 	
				Tejszínes baconos csirkés tészta (gluténmentes)	2 984.05	713.89	36.93	26.95	12.38	77.13	3.07	2.27	 	
				Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
					Összesen:	3 676.65	879.58	42.39	31.42	13.24	102.06	3.16	2.57	

9/17/2025 szerda (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves (gluténmentes)	353.82	84.65	2.22	1.61	0.19	15.03	0.00	0.93		
			Zöldbabfőzelék (gluténmentes)	1 166.68	279.11	7.93	13.88	4.37	29.23	1.83	0.88	 	
			Sertéspörkölt	1 113.11	266.29	23.86	16.46	4.03	5.28	0.41	0.62		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	3 145.66	752.55	35.46	33.50	8.79	73.04	3.39	3.28		
9/18/2025 csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Tökmagos rántott csirkemell (gluténmentes)	2 031.63	486.03	38.27	24.11	4.06	19.36	0.07	1.33	  	
			Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		
			Almalé (100%)	288.42	69.00	0.60	0.60	0.14	16.50	15.00	0.02		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	3 788.55	906.34	47.06	26.55	4.38	108.99	16.97	2.78		

9/19/2025 péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Felesborsógulyás (gluténmentes)	1 407.57	336.74	22.80	10.55	2.46	36.80	0.47	1.29		
		Tejberizs kakaós szóráttal	2 867.08	685.90	15.50	6.36	3.28	140.46	64.96	0.89		
		Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		
		Összesen:	4 449.15	1 064.39	38.78	17.39	5.74	185.66	65.43	2.19		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!