


## Tételes étlap 2025.09.22. - 2025.09.28.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/22/2025 hétfő	(00619) Szakiskola laktózmentes Komló	E Lebbencsleves	743.66	177.91	4.27	6.27	1.51	25.55	0.10	1.41		
		Vagdalt szelet	1 362.65	325.99	16.17	21.97	6.89	15.11	0.18	1.05		
		Tökfőzelék (TEJMENTES)	1 144.33	273.76	5.77	10.40	1.11	38.83	1.65	1.05		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		Összesen:	3 917.77	937.26	32.09	40.08	9.87	108.41	2.11	4.05		
9/23/2025 kedd	(00619) Szakiskola laktózmentes Komló	E Lencseleves (TEJMENTES)	1 067.46	255.37	13.06	5.79	0.59	37.33	0.18	1.18		
		Halpökrölt (TEJMENTES)	800.71	191.56	16.22	10.73	1.85	6.30	0.51	0.87		
		Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		
		Vitamin saláta	263.34	63.00	1.63	0.20	0.02	13.39	6.99	0.26		
		Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
		Összesen:	3 899.54	932.90	42.45	23.73	3.30	139.78	7.68	2.64		

9/24/2025 szerda (00619) Szakiskola laktómentes Komló	E	Zellerkrémleves (TEJMENTES)	587.79	140.62	2.74	5.45	0.57	19.55	1.32	0.95		
		Serpenyősburgonya virslivel	2 059.54	492.71	17.87	20.59	7.53	57.65	0.51	2.35		
		Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00		
		Összesen:	3 766.96	901.18	28.20	31.90	12.36	119.95	13.36	4.84		
9/25/2025 csütörtök (00619) Szakiskola laktómentes Komló	E	Paradicsom leves	933.51	223.33	4.07	5.32	0.62	38.57	23.98	0.92		
		Majorannás csirkecomb	700.80	167.66	20.94	8.93	1.73	0.69	0.00	0.93		
		Kukoricás rizs	1 704.32	407.73	8.89	9.68	1.16	70.77	0.00	0.80		
		Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		
		Szilva	201.32	48.16	0.56	0.14	0.00	10.48	0.00	0.01		
		Összesen:	3 790.03	906.71	36.44	24.35	3.54	132.48	28.98	2.90		

9/26/2025 péntek (00619) Szakiskola laktózkodás Komló	E	Gulyásleves	1 128.17	269.90	16.10	10.84	2.49	26.28	0.25	1.49		
		Almás pite	2 740.87	655.71	11.28	19.39	8.48	108.99	31.55	0.59		
		Összesen:	3 869.04	925.61	27.38	30.23	10.97	135.27	31.80	2.08		

..... Konyhafőnök

.....  
Üzletvezető

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!