

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

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	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Pöttyös kakaó	585.20	140.00	7.00	3.20	2.20	19.60	19.40	0.24		
			Gyulai kolbászos vajkrém	284.24	68.00	0.78	6.80	4.20	0.68	0.40	0.16		
			Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00		
			Császárszemle	1 374.80	328.90	10.66	2.74	0.78	63.04	0.90	1.82	 	
		E	Lebbencsleves	766.04	183.26	4.41	6.29	1.52	26.65	0.76	1.49	      	
			Vagdalt	1 543.13	369.17	16.90	24.64	7.32	19.11	0.44	0.66	     	
			Tökfőzelék	1 209.73	289.41	7.02	13.90	3.65	33.58	1.29	1.11	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Hamburger	2 752.72	658.55	24.25	30.11	13.10	69.49	18.24	3.40	       	
			Összesen:	9 397.00	2 248.09	77.78	89.32	33.13	272.43	51.60	9.42		

9/22/2025 hétfő	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Lebbencsleves	766.04	183.26	4.41	6.29	1.52	26.65	0.76	1.49		
			Zöldséges pirított kínai tészta csirkemellel	2 493.26	596.47	40.17	13.60	1.92	76.25	2.07	1.01		
			Szilva	251.66	60.21	0.70	0.17	0.00	13.10	0.00	0.01		
			Összesen:	3 510.96	839.94	45.28	20.06	3.44	116.00	2.83	2.51		
9/23/2025 kedd	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tej	405.72	97.06	6.80	3.00	1.63	10.60	0.00	0.27		
			Sárgabarack extradzssem	186.85	44.70	0.13	0.01	0.00	10.98	9.87	0.00		
			Fatörzs kifli	1 563.32	374.00	8.40	13.50	5.00	53.60	12.20	1.00		
		E	Lencseleves	1 071.32	256.30	13.13	5.81	0.60	37.44	0.22	0.84		
			Tejszínes halragu	889.05	212.69	16.71	13.52	4.28	4.84	0.00	1.26		
			Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
		V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04		

9/23/2025 kedd	(00540) Szakiskola Komló / A menü	V	Familia toast sonkás szelet	192.28	46.00	6.00	2.00	0.80	1.00	0.20	1.25		
			Uborka	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.01		
			Teljes kiőrlésű zsemle	919.60	220.00	7.50	1.30	0.30	41.30	0.50	1.20		
			Összesen:	7 234.70	1 730.78	71.03	47.27	13.76	253.38	32.98	6.20		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Lencseleves	1 071.32	256.30	13.13	5.81	0.60	37.44	0.22	0.84	       	
			Csemege sült	1 288.21	308.19	24.42	16.37	4.60	0.55	0.01	0.89	       	
			Párolt rizs	1 601.54	383.14	7.32	7.71	0.90	70.63	0.52	0.37	       	
			Vitamin saláta	263.34	63.00	1.63	0.20	0.02	13.39	6.99	0.26		
			Összesen:	4 224.41	1 010.63	46.50	30.09	6.12	122.01	7.74	2.36		
9/24/2025 szerda	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tejeskávé	785.38	187.89	8.68	3.78	2.04	29.42	14.99	0.34	 	
			Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04		
			Csirkemell sonka	227.81	54.50	7.50	2.25	0.70	1.00	0.20	1.10		
			Paprika Kaliforniai	51.60	12.34	0.40	0.12	0.01	2.41	0.00	0.00		
			Kukoricás kenyér	1 191.30	285.00	9.60	1.00	0.00	59.00	0.00	1.20		
		E	Zellerkrémleves	633.02	151.44	4.54	5.82	0.94	19.50	0.65	0.50	       	
			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		

9/24/2025 szerda	(00540) Szakiskola Komló / A menü	E	Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		V	Rakott kínai kel	2 008.26	480.45	20.58	32.39	11.01	28.32	2.23	1.95		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	8 388.79	2 006.88	81.55	69.93	23.25	257.56	20.86	9.56		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Zellerkrémleves	633.02	151.44	4.54	5.82	0.94	19.50	0.65	0.50		
			BBQ csirkecomb	845.32	202.23	21.04	9.87	1.84	1.29	0.48	0.99		
			Kuszkusz	1 812.67	433.65	11.20	10.63	1.15	58.50	0.03	0.82		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	3 560.64	851.82	37.26	26.56	3.93	93.77	1.16	2.31		
9/25/2025 csütörtök	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Sonkás kockasajt	421.59	100.38	4.83	7.35	4.95	2.85	2.58	0.00		
			Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00		
			Kifli	1 250.10	299.06	9.90	2.52	0.54	57.42	2.16	0.98		
		E	Paradicsom leves	899.27	215.14	4.04	5.30	0.61	36.60	21.98	0.52		
			Tejfölös majorannás csirkecomb	772.36	184.77	21.56	9.25	3.09	3.72	0.86	0.55		
			Kukoricás rizs	1 722.22	412.02	9.01	9.70	1.17	71.65	0.52	0.86		
			Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		

9/25/2025 csütörtök	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Paprika Kaliforniai	51.60	12.34	0.40	0.12	0.01	2.41	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 111.88	266.00	9.80	2.40	0.60	48.20	0.30	0.90		
			Paprikás szalámi	470.67	112.60	4.08	8.60	3.96	0.76	0.08	0.80		
			Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04		
			Összesen:	7 382.65	1 765.70	66.90	46.80	15.26	257.12	53.48	4.89		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Paradicsom leves	899.27	215.14	4.04	5.30	0.61	36.60	21.98	0.52	  	
			Rántott harcsa	1 328.52	317.83	21.60	13.43	1.59	26.97	0.80	1.01	   	
			Ecetes burgonyasaláta	1 066.86	255.23	6.66	0.54	0.06	54.65	2.00	0.53		
			Pöttyös Rudi	431.38	103.20	2.85	5.64	4.59	11.79	11.46	0.33	   	
			Összesen:	3 726.03	891.40	35.15	24.91	6.85	130.01	36.24	2.39		
9/26/2025 péntek	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
			Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04		
			Sajtos tavaszi pulyka rolád	401.28	96.00	6.00	7.50	2.85	1.05	0.25	1.00	  	
			Teljes kiőrl.kifli	1 007.38	241.00	7.40	3.60	1.70	42.00	2.60	1.20		
		E	Kassai burgonyaleves pulykahússal	1 453.59	347.75	17.27	17.91	5.30	28.57	1.34	0.88	       	

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

9/26/2025 péntek	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	E	Mákos metélt	2 852.89	682.51	20.13	20.38	3.97	103.85	24.98	0.83		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		V	Gyümölcsös jogurt	1 170.40	280.00	9.80	7.20	4.60	29.60	28.60	0.30		
			Kifli	625.05	149.53	4.95	1.26	0.27	28.71	1.08	0.49		
			Nektarin	184.87	44.23	0.75	0.37	0.04	9.42	0.00	0.00		
			Összesen:	8 356.56	1 999.18	75.14	63.29	21.08	262.07	58.85	5.08		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Kassai burgonyaleves pulykahússal	1 453.59	347.75	17.27	17.91	5.30	28.57	1.34	0.88		
			Almás pite	2 513.01	601.20	11.92	17.88	8.27	97.35	17.15	0.92		
			Összesen:	3 966.60	948.95	29.19	35.79	13.57	125.92	18.49	1.80		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!