

Tételes étlap 2025.09.29. - 2025.10.05.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/29/2025 hétfő	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	E	Vegyes zöldségleves csipetkével	449.10	107.28	4.34	2.91	0.37	15.53	0.08	0.28		
			Felesborsófőzelék	1 296.85	310.25	16.86	5.88	0.74	47.11	0.00	1.00		
			Csirkemell pörkölt	842.00	201.44	25.46	8.55	1.10	5.34	0.41	1.16		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
			Összesen:	3 709.66	887.32	56.54	21.03	2.95	114.65	14.42	3.16		
9/30/2025 kedd	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	E	Fokhagymakrém leves (tejmentes)	536.76	128.41	2.45	4.52	0.48	19.42	1.98	1.19		
			Párolt rizs	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
			Budapest sertésragu	1 264.30	302.46	27.95	14.87	3.64	13.71	0.44	0.82		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 530.11	844.52	38.00	27.49	5.02	109.88	2.42	2.33		

10/1/2025 szerda (00640)	Szakiskola tejmentes Komló	E	Almalé (100%)	384.56	92.00	0.80	0.80	0.18	22.00	20.00	0.02		
			Csirkekockák hentes módra	990.93	237.06	29.04	10.48	2.35	6.18	0.92	1.97	 	
			Hagymás törtburgonya	1 374.13	328.74	7.48	6.17	0.70	59.32	0.00	0.24		
			Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01		
			Összesen:	3 154.06	754.56	38.04	17.81	3.23	109.22	20.92	2.24		
10/2/2025 csütörtök (00640)	Szakiskola tejmentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves	446.58	106.84	3.85	3.00	0.36	15.92	0.00	0.30	 	
			Bolognai spagetti	3 200.10	765.57	29.91	34.74	8.81	82.14	6.60	1.45	 	
			Almapüré	221.54	53.00	0.30	0.00	0.00	12.00	12.00	0.00		
			Összesen:	3 868.22	925.41	34.06	37.74	9.17	110.06	18.60	1.75		

10/3/2025 péntek (00640) Szakiskola tejmentes Komló	E	Alföldi betyárgulyás (tejmentes)	1 141.95	273.19	17.29	11.82	2.97	23.77	0.00	1.46		
		Kakaós csiga (TEJMENTES)	2 680.71	641.32	13.81	11.03	1.50	120.76	40.64	0.58		
		Összesen:	3 822.66	914.51	31.10	22.85	4.47	144.53	40.64	2.04		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!