

Tételes étlap 2025.11.17. - 2025.11.23.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/17/2025 hétfő	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Tarhonyaleves (gluténment.)	412.32	98.64	1.58	3.14	0.37	15.60	0.51	0.97		
			Lenmagos húspogácsa (gluténmentes)	2 083.00	498.32	23.09	38.00	9.11	12.03	0.35	1.26		
			Tökfőzelék (gluténmentes)	1 121.65	268.34	5.18	12.57	3.65	32.07	1.43	1.12	 	
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	4 285.80	1 025.31	31.86	55.50	13.33	91.04	3.44	4.20		
11/18/2025 kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Sült csirkemell (gluténmentes)	650.32	155.58	27.33	4.12	0.63	1.96	0.25	1.19		
			Hagymás törtburgonya	1 374.13	328.74	7.48	6.17	0.70	59.32	0.00	0.24		
			Almalé (100%)	480.70	115.00	1.00	1.00	0.23	27.50	25.00	0.03		
			Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		
			Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00		
			Összesen:	3 052.31	730.22	37.62	15.71	5.46	108.41	40.90	2.21		

11/19/2025 szerda (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Vegyes zöldségleves (gluténmentes)	477.57	114.25	3.42	2.89	0.35	18.04	0.36	0.30	 	
			Harcsapaprikás (gluténmentes)	1 120.37	268.03	18.07	15.29	3.48	13.78	2.36	0.95	  	
			Tészta köret (gluténmentes)	1 656.78	396.36	4.00	7.17	0.87	77.00	3.36	0.68		
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	3 693.49	883.61	26.79	25.45	4.70	133.02	6.08	1.99		
11/20/2025 csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves (gluténment.)	482.85	115.52	2.36	3.31	0.41	18.45	0.37	0.35		
			Mustáros sertésragu (gluténmentes)	1 233.25	295.04	24.63	18.64	6.43	6.43	2.47	1.41	   	
			Párolt rizs (gluténmentes)	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	3 569.37	853.92	34.67	29.89	7.74	109.11	2.84	2.07		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

11/21/2025 péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Lencsegulyás (gluténment.)	1 441.41	344.83	24.52	10.71	2.34	36.74	0.47	1.48		
		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	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	4 117.10	984.96	34.78	21.47	3.56	159.11	9.99	2.25		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!