

Tételes étlap 2025.11.24. - 2025.11.30.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/24/2025 hétfő	(00582)	E	Zöldségleves (gluténmentes)	387.07	92.60	1.80	2.66	0.31	14.90	0.34	0.36		
			Lecsós ragu (gluténmentes)	952.19	227.80	21.92	12.03	3.34	7.46	0.70	1.31		
			Párolt rizs (gluténmentes)	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
			Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
			Összesen:	3 118.88	746.15	31.62	22.69	4.55	101.91	1.04	1.98		
11/25/2025 kedd	(00582)	E	Gyümölcsleves (gluténmentes)	992.55	237.45	4.39	1.88	0.75	48.43	20.10	0.51	 	
			Borsos tokány (gluténmentes)	1 145.34	274.00	22.20	17.99	5.38	5.31	0.36	1.05		
			Tört burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.62		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
		Összesen:	3 669.03	877.75	35.33	23.68	8.99	126.15	31.06	3.19			

11/26/2025 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		
			Csirkemell pörkölt (gluténmentes)	842.00	201.44	25.46	8.55	1.10	5.34	0.41	0.87		
			Zöldbabfőzelék (gluténmentes)	1 166.68	279.11	7.93	13.88	4.37	29.23	1.83	0.88	 	
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
			Összesen:	3 550.48	849.40	41.46	28.14	6.24	102.85	17.14	3.72		
11/27/2025 csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves (gluténmentes)	427.70	102.32	2.44	2.90	0.36	16.08	0.36	0.30		
			Tejszínes baconos csirke (gluténmentes)	1 682.40	402.49	33.33	25.51	12.16	7.83	0.05	2.10	 	
			Tészta köret (gluténmentes)	1 656.78	396.36	4.00	7.17	0.87	77.00	3.36	0.68		
			Összesen:	3 766.88	901.17	39.77	35.58	13.39	100.91	3.77	3.08		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

11/28/2025 péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Babgulyás (gluténmentes)	1 587.25	379.72	22.92	14.99	2.94	37.38	0.47	1.78		
		Tejberizs kakaós szórattal	2 867.08	685.90	15.50	6.36	3.28	140.46	64.96	0.89		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	4 599.74	1 100.41	38.82	21.75	6.22	184.84	65.43	2.68		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!