

## Tételes étlap 2025.12.08. - 2025.12.14.

|                                                         | Diéta |  | Étlap tétel              | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír-sav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Fogy. ár |
|---------------------------------------------------------|-------|--|--------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 12/8/2025<br>hétfő<br>(00541)<br>Szakiskola EGYMI Komló | R     |  | Tea                      | 181.25       | 43.36          | 0.40        | 0.08     | 0.00           | 10.16          | 9.99      | 0.00   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |          |
|                                                         |       |  | Delma szendvics margarin | 75.24        | 18.00          | 0.04        | 2.00     | 0.62           | 0.04           | 0.00      | 0.08   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |          |
|                                                         |       |  | Sváb füstölt sonka       | 211.09       | 50.50          | 8.20        | 1.15     | 0.45           | 1.75           | 0.20      | 1.10   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |          |
|                                                         |       |  | Kukoricás kenyér         | 1 072.17     | 256.50         | 8.64        | 0.90     | 0.00           | 53.10          | 0.00      | 1.08   |                                                                                                                                                                                                                                                                  |          |
|                                                         |       |  | Paprika Kaliforniai      | 51.60        | 12.34          | 0.40        | 0.12     | 0.01           | 2.41           | 0.00      | 0.00   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |          |
|                                                         | T     |  | Pöttyös kakaó            | 585.20       | 140.00         | 7.00        | 3.20     | 2.20           | 19.60          | 19.40     | 0.24   |                                                                                                                                                                                                                                                                  |          |
|                                                         |       |  | Vajas ízű margarin       | 148.18       | 35.45          | 0.02        | 4.00     | 1.10           | 0.02           | 0.01      | 0.02   |                                                                                                                                                                                                                                                                  |          |
|                                                         |       |  | Sajtos kifi              | 638.00       | 152.63         | 5.20        | 1.50     | 0.45           | 28.70          | 1.10      | 0.50   |                                                                                                                                                                               |          |
|                                                         | E     |  | Köménymaglevés           | 445.82       | 106.65         | 1.89        | 5.45     | 1.57           | 11.29          | 0.20      | 0.10   |                                                                                            |          |
|                                                         |       |  | Fokhagymás csirkecomb    | 684.27       | 163.70         | 23.07       | 7.33     | 1.64           | 1.04           | 0.27      | 1.05   |     |          |
|                                                         |       |  | Zöldborsófőzelék         | 1 270.94     | 304.05         | 16.13       | 8.16     | 1.15           | 40.78          | 2.00      | 0.30   |                                                                                                                                                                           |          |
|                                                         |       |  | Teljes kiőrlésű kenyér   | 667.13       | 159.60         | 5.88        | 1.44     | 0.36           | 28.92          | 0.18      | 0.54   |                                                                                                                                                                                                                                                                |          |
|                                                         |       |  | Körte                    | 177.08       | 42.36          | 0.32        | 0.24     | 0.00           | 9.60           | 0.00      | 0.00   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |          |
|                                                         | U     |  | Zala felvágott           | 322.70       | 77.20          | 5.20        | 6.00     | 2.16           | 0.60           | 0.00      | 0.66   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |          |
|                                                         |       |  | Liga margarin            | 37.62        | 9.00           | 0.02        | 1.00     | 0.30           | 0.02           | 0.02      | 0.04   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |          |
|                                                         |       |  | Csemege uborka           | 18.00        | 4.31           | 0.18        | 0.03     | 0.00           | 0.72           | 0.57      | 0.30   |                                                                                                                                                                                                                                                                |          |

|                    |                                   |   |                          |           |          |        |       |       |        |       |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|--------------------|-----------------------------------|---|--------------------------|-----------|----------|--------|-------|-------|--------|-------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 12/8/2025<br>hétfő | (00541)<br>Szakiskola EGYMI Komló | U | Teljes kiőrlésű zsemle   | 459.80    | 110.00   | 3.75   | 0.65  | 0.15  | 20.65  | 0.25  | 0.60 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|                    |                                   | V | Túrógombóc               | 2 823.19  | 675.40   | 15.84  | 12.39 | 3.70  | 119.62 | 30.39 | 2.27 |                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |
|                    |                                   |   | Vaníliás tejföl          | 665.06    | 159.11   | 2.60   | 12.00 | 7.80  | 10.19  | 11.29 | 0.10 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|                    |                                   |   | Alma                     | 145.41    | 34.79    | 0.40   | 0.40  | 0.00  | 7.00   | 0.00  | 0.01 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|                    |                                   |   | Összesen:                | 10 679.75 | 2 554.95 | 105.18 | 68.04 | 23.66 | 366.21 | 75.87 | 8.99 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
| 12/9/2025<br>kedd  | (00541)<br>Szakiskola EGYMI Komló | R | Tej                      | 507.15    | 121.33   | 8.50   | 3.75  | 2.04  | 13.25  | 0.00  | 0.33 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|                    |                                   |   | Főtt tojás               | 276.19    | 66.07    | 5.40   | 4.80  | 1.24  | 0.24   | 0.00  | 0.14 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|                    |                                   |   | Kukoricás kenyér         | 1 072.17  | 256.50   | 8.64   | 0.90  | 0.00  | 53.10  | 0.00  | 1.08 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|                    |                                   |   | Delma szendvics margarin | 37.62     | 9.00     | 0.02   | 1.00  | 0.31  | 0.02   | 0.00  | 0.04 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|                    |                                   |   | Sörretek                 | 23.60     | 5.65     | 0.44   | 0.04  | 0.01  | 1.05   | 0.00  | 0.02 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|                    |                                   | T | Tea                      | 181.25    | 43.36    | 0.40   | 0.08  | 0.00  | 10.16  | 9.99  | 0.00 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|                    |                                   |   | Főtt bécsi rudacska      | 572.66    | 137.00   | 6.50   | 12.50 | 3.85  | 0.00   | 0.00  | 1.05 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|                    |                                   |   | Ketchup                  | 91.96     | 22.00    | 0.30   | 0.06  | 0.00  | 5.00   | 4.80  | 0.30 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|                    |                                   |   | Teljes kiőrlésű kenyér   | 667.13    | 159.60   | 5.88   | 1.44  | 0.36  | 28.92  | 0.18  | 0.54 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |
|                    |                                   | E | Karfiollevés             | 648.05    | 155.03   | 5.07   | 7.62  | 2.81  | 16.41  | 1.51  | 0.30 |       |  |
|                    |                                   |   | Zöldséges sertésragu     | 1 102.64  | 263.79   | 21.81  | 14.94 | 3.45  | 10.09  | 0.00  | 1.25 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |
|                    |                                   |   | Kuszkusz                 | 1 812.67  | 433.65   | 11.20  | 10.63 | 1.15  | 58.50  | 0.03  | 0.82 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|                    |                                   | U | Fatörzs kifli            | 781.66    | 187.00   | 4.20   | 6.75  | 2.50  | 26.80  | 6.10  | 0.50 |                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |

|                      |                                   |   |                           |          |          |       |       |       |        |       |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|----------------------|-----------------------------------|---|---------------------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 12/9/2025<br>kedd    | (00541)<br>Szakiskola EGYMI Komló | U | Alma                      | 145.41   | 34.79    | 0.40  | 0.40  | 0.00  | 7.00   | 0.00  | 0.01 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                      |                                   | V | Rostos almalé (100%-os)   | 579.67   | 138.68   | 0.18  | 0.00  | 0.00  | 35.00  | 0.00  | 0.02 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                      |                                   |   | Delma szendvics margarin  | 37.62    | 9.00     | 0.02  | 1.00  | 0.31  | 0.02   | 0.00  | 0.04 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                      |                                   |   | Gépsonka                  | 244.53   | 58.50    | 7.65  | 2.25  | 0.90  | 1.90   | 0.15  | 1.20 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                      |                                   |   | Póréhagyma                | 46.24    | 11.06    | 0.66  | 0.09  | 0.00  | 1.89   | 0.00  | 0.00 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                      |                                   |   | Kukoricás kenyér          | 1 072.17 | 256.50   | 8.64  | 0.90  | 0.00  | 53.10  | 0.00  | 1.08 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|                      |                                   |   | Összesen:                 | 9 900.39 | 2 368.51 | 95.91 | 69.15 | 18.93 | 322.45 | 22.76 | 8.72 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| 12/10/2025<br>szerda | (00541)<br>Szakiskola EGYMI Komló | R | Tej                       | 507.15   | 121.33   | 8.50  | 3.75  | 2.04  | 13.25  | 0.00  | 0.33 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|                      |                                   |   | Sajtos pogácsa            | 2 690.42 | 643.64   | 15.64 | 33.66 | 15.64 | 78.20  | 2.04  | 0.00 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |
|                      |                                   |   | Banán                     | 438.77   | 104.97   | 1.30  | 0.10  | 0.00  | 24.20  | 0.00  | 0.06 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                      |                                   | T | 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 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                      |                                   |   | Virágméz                  | 410.26   | 98.15    | 0.12  | 0.00  | 0.00  | 24.30  | 24.30 | 0.01 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                      |                                   |   | Kukoricás kenyér          | 714.78   | 171.00   | 5.76  | 0.60  | 0.00  | 35.40  | 0.00  | 0.72 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |
|                      |                                   | E | Csontleves cércsónomáttel | 400.73   | 95.87    | 4.05  | 2.08  | 0.07  | 15.04  | 1.00  | 0.65 |        |  |
|                      |                                   |   | Párolt csirkemell         | 843.18   | 201.72   | 29.64 | 8.66  | 1.15  | 0.97   | 0.22  | 1.21 |                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
|                      |                                   |   | Sajtmártás                | 1 123.16 | 268.70   | 12.01 | 18.97 | 11.61 | 13.23  | 2.10  | 1.40 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |
|                      |                                   |   | Petrezselymes burgonya    | 1 138.87 | 272.46   | 7.11  | 1.50  | 0.18  | 56.25  | 0.00  | 0.43 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |

|                                                              |   |                          |           |          |        |       |       |        |       |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|--------------------------------------------------------------|---|--------------------------|-----------|----------|--------|-------|-------|--------|-------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 12/10/2025<br>szerda<br>(00541)<br>Szakiskola EGYMI Komló    | E | Teljes kiőrlésű kenyér   | 667.13    | 159.60   | 5.88   | 1.44  | 0.36  | 28.92  | 0.18  | 0.54 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|                                                              | U | Kaiser debreceni sonka   | 178.90    | 42.80    | 6.00   | 1.44  | 0.52  | 1.84   | 0.16  | 0.88 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                              |   | Delma szendvics margarin | 37.62     | 9.00     | 0.02   | 1.00  | 0.31  | 0.02   | 0.00  | 0.04 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                              |   | Uborka                   | 19.66     | 4.70     | 0.40   | 0.04  | 0.00  | 0.68   | 0.00  | 0.01 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                              |   | Teljes kiőrl.kifli       | 503.69    | 120.50   | 3.70   | 1.80  | 0.85  | 21.00  | 1.30  | 0.60 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|                                                              | V | Tea                      | 181.25    | 43.36    | 0.40   | 0.08  | 0.00  | 10.16  | 9.99  | 0.00 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                              |   | Pizza                    | 2 467.36  | 590.28   | 25.68  | 13.96 | 4.93  | 89.98  | 9.73  | 2.11 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|                                                              |   | Összesen:                | 12 867.70 | 3 078.41 | 134.73 | 93.83 | 40.01 | 426.71 | 51.02 | 9.36 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| 12/11/2025<br>csütörtök<br>(00541)<br>Szakiskola EGYMI Komló | R | Almás-fahéjas zabkása    | 1 355.44  | 324.27   | 12.88  | 6.04  | 2.18  | 53.92  | 11.99 | 0.60 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |
|                                                              | T | Tea                      | 181.25    | 43.36    | 0.40   | 0.08  | 0.00  | 10.16  | 9.99  | 0.00 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                              |   | Kapros túró              | 336.82    | 80.58    | 7.47   | 4.83  | 3.06  | 1.66   | 2.31  | 0.16 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|                                                              |   | Teljes kiőrlésű kenyér   | 667.13    | 159.60   | 5.88   | 1.44  | 0.36  | 28.92  | 0.18  | 0.54 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
|                                                              |   | Paprika Kaliforniai      | 51.60     | 12.34    | 0.40   | 0.12  | 0.01  | 2.41   | 0.00  | 0.00 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                              | E | Fokhagymakrém leves      | 683.04    | 163.41   | 4.95   | 7.70  | 2.79  | 18.36  | 1.95  | 1.37 |        |  |
|                                                              |   | Pirított tökmag          | 262.70    | 62.85    | 3.39   | 5.15  | 0.85  | 0.36   | 0.00  | 0.00 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                              |   | Bolognai spagetti        | 2 801.51  | 670.22   | 38.25  | 24.65 | 8.63  | 72.57  | 8.85  | 1.98 |        |  |
|                                                              | U | Áfonyás muffin           | 1 038.44  | 248.43   | 3.15   | 12.13 | 5.33  | 31.96  | 16.61 | 0.26 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |
|                                                              |   | Mandarin                 | 156.78    | 37.51    | 0.56   | 0.24  | 0.00  | 7.84   | 0.00  | 0.00 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |

|                         |                                   |   |                                |          |          |        |       |       |        |       |      |  |  |
|-------------------------|-----------------------------------|---|--------------------------------|----------|----------|--------|-------|-------|--------|-------|------|--|--|
| 12/11/2025<br>csütörtök | (00541)<br>Szakiskola EGYMI Komló | V | Tea                            | 181.25   | 43.36    | 0.40   | 0.08  | 0.00  | 10.16  | 9.99  | 0.00 |  |  |
|                         |                                   |   | Csemege karaj                  | 912.65   | 218.34   | 25.29  | 12.53 | 3.78  | 0.87   | 0.00  | 0.99 |  |  |
|                         |                                   |   | Paprika                        | 32.76    | 7.84     | 0.48   | 0.12  | 0.00  | 1.20   | 0.00  | 0.00 |  |  |
|                         |                                   |   | Fehér kenyér                   | 1 074.60 | 257.08   | 8.55   | 0.90  | 0.00  | 51.75  | 0.09  | 1.35 |  |  |
|                         |                                   |   | Összesen:                      | 9 735.97 | 2 329.19 | 112.05 | 76.01 | 26.99 | 292.14 | 61.96 | 7.25 |  |  |
| 12/12/2025<br>péntek    | (00541)<br>Szakiskola EGYMI Komló | R | Tea                            | 181.25   | 43.36    | 0.40   | 0.08  | 0.00  | 10.16  | 9.99  | 0.00 |  |  |
|                         |                                   |   | Tonhalas pástétom              | 817.61   | 195.60   | 3.72   | 19.62 | 2.10  | 1.02   | 0.30  | 0.84 |  |  |
|                         |                                   |   | Paradicsom                     | 36.62    | 8.76     | 0.40   | 0.08  | 0.02  | 1.60   | 0.00  | 0.01 |  |  |
|                         |                                   |   | Kukoricás kenyér               | 1 072.17 | 256.50   | 8.64   | 0.90  | 0.00  | 53.10  | 0.00  | 1.08 |  |  |
|                         |                                   | T | Tej                            | 507.15   | 121.33   | 8.50   | 3.75  | 2.04  | 13.25  | 0.00  | 0.33 |  |  |
|                         |                                   |   | Padlizsánkrém                  | 74.55    | 17.83    | 0.29   | 1.29  | 0.17  | 1.25   | 0.27  | 0.17 |  |  |
|                         |                                   |   | Kukoricás kenyér               | 714.78   | 171.00   | 5.76   | 0.60  | 0.00  | 35.40  | 0.00  | 0.72 |  |  |
|                         |                                   | E | Babgulyás                      | 1 481.49 | 354.42   | 23.91  | 12.13 | 2.61  | 36.86  | 0.22  | 1.14 |  |  |
|                         |                                   |   | Csoda-csoki ízű gombóc         | 2 613.85 | 625.32   | 12.08  | 14.23 | 4.03  | 107.07 | 21.03 | 2.32 |  |  |
|                         |                                   |   | Alma                           | 116.33   | 27.83    | 0.32   | 0.32  | 0.00  | 5.60   | 0.00  | 0.01 |  |  |
|                         |                                   | U | Kemencés sült pulykamell sonka | 177.23   | 42.40    | 8.40   | 0.60  | 0.24  | 0.80   | 0.40  | 0.68 |  |  |
|                         |                                   |   | Paprika                        | 32.76    | 7.84     | 0.48   | 0.12  | 0.00  | 1.20   | 0.00  | 0.00 |  |  |

|                                                            |   |                             |           |          |       |       |       |        |       |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|------------------------------------------------------------|---|-----------------------------|-----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 12/12/2025<br>péntek<br>(00541)<br>Szakiskola EGYMI Komló  | U | Teljes kiőrlésű zsemle      | 459.80    | 110.00   | 3.75  | 0.65  | 0.15  | 20.65  | 0.25  | 0.60  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|                                                            |   | Delma szendvics margarin    | 37.62     | 9.00     | 0.02  | 1.00  | 0.31  | 0.02   | 0.00  | 0.04  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                            | V | Tea                         | 181.25    | 43.36    | 0.40  | 0.08  | 0.00  | 10.16  | 9.99  | 0.00  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                            |   | Gouda sajt                  | 746.76    | 178.65   | 12.47 | 13.72 | 7.68  | 1.11   | 0.00  | 1.02  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|                                                            |   | Delma szendvics margarin    | 37.62     | 9.00     | 0.02  | 1.00  | 0.31  | 0.02   | 0.00  | 0.04  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                            |   | Uborka                      | 19.66     | 4.70     | 0.40  | 0.04  | 0.00  | 0.68   | 0.00  | 0.01  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                            |   | Kukoricás kenyér            | 1 072.17  | 256.50   | 8.64  | 0.90  | 0.00  | 53.10  | 0.00  | 1.08  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
|                                                            |   | Összesen:                   | 10 380.67 | 2 483.40 | 98.60 | 71.11 | 19.66 | 353.05 | 42.45 | 10.09 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| 12/13/2025<br>szombat<br>(00541)<br>Szakiskola EGYMI Komló | R | Tea                         | 181.25    | 43.36    | 0.40  | 0.08  | 0.00  | 10.16  | 9.99  | 0.00  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                            |   | Liga margarin               | 37.62     | 9.00     | 0.02  | 1.00  | 0.30  | 0.02   | 0.02  | 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  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
|                                                            |   | Sörretek                    | 23.60     | 5.65     | 0.44  | 0.04  | 0.01  | 1.05   | 0.00  | 0.02  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|                                                            | T | Madártej ízű tejtital       | 702.24    | 168.00   | 5.60  | 5.60  | 3.80  | 24.00  | 24.00 | 0.26  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |
|                                                            |   | Fonott kalács               | 954.85    | 228.43   | 6.37  | 2.54  | 1.69  | 39.59  | 5.14  | 0.29  |                                                                                                                                                                                  |  |
|                                                            | E | Karalábéleves               | 676.61    | 161.67   | 4.97  | 6.57  | 2.73  | 20.21  | 2.26  | 0.83  |        |  |
|                                                            |   | Szerb rizseshús             | 2 865.49  | 685.52   | 31.78 | 25.11 | 5.03  | 82.22  | 0.41  | 0.63  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |



# ISKOLA ÉTTEREM

|        |       |   |             |          |          |       |       |       |        |       |      |  |
|--------|-------|---|-------------|----------|----------|-------|-------|-------|--------|-------|------|--|
| 13/20. | 00541 | E | Céklasaláta | 154.66   | 37.00    | 0.70  | 0.10  | 0.00  | 8.20   | 6.20  | 0.75 |  |
|        |       |   | Összesen:   | 7 004.98 | 1 675.63 | 63.68 | 52.14 | 18.11 | 228.50 | 50.87 | 5.02 |  |

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!