

Tételes étlap 2026.01.19. - 2026.01.25.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
1/19/2026 hétfő	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldségleves (gluténmentes)	387.07	92.60	1.80	2.66	0.31	14.90	0.34	0.36		
			Chilis bab (gluténmentes)	2 509.92	600.46	38.05	19.76	3.94	66.46	0.05	1.00		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	3 409.04	815.56	41.30	23.97	4.45	104.86	1.54	2.21		
1/20/2026 kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Tojásleves (gluténmentes)	360.44	86.23	2.71	5.52	0.93	6.02	0.04	1.04	 	
			Grill csirkecomb (gluténmentes)	674.34	161.32	23.01	7.29	1.63	0.70	0.00	1.25		
			Rizi-bizi (gluténmentes)	1 703.04	407.42	10.77	6.04	0.68	76.90	0.00	0.52		
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
			Vitamin saláta	263.34	63.00	1.63	0.20	0.02	13.39	6.99	0.26		
			Összesen:	3 222.51	770.92	38.52	19.35	3.26	109.01	7.03	3.08		

1/21/2026 szerda (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Olasz zöldség leves (gluténmentes)	329.92	78.93	1.87	2.17	0.25	12.54	0.83	1.12		
			Znaimi sertéscomb (gluténmentes)	1 273.84	304.75	22.74	20.58	6.83	6.52	1.93	1.32	  	
			Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		
			Alma	218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02		
			Összesen:	2 960.75	708.32	32.32	24.85	7.26	85.81	2.76	2.89		
1/22/2026 csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldséges karalábé leves (gluténment.)	482.85	115.52	2.36	3.31	0.41	18.45	0.37	0.35		
			Tarhonyás hús (gluténmentes)	2 544.88	608.82	29.51	20.56	4.74	74.29	3.43	2.09		
			Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		
			Almapüré	221.54	53.00	0.30	0.00	0.00	12.00	12.00	0.00		
			Összesen:	3 403.93	814.34	32.87	23.97	5.15	112.94	22.00	3.19		

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

1/23/2026 péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Gulyásleves (gluténment.)	1 087.06	260.06	15.69	9.95	2.32	26.12	0.51	1.51		
		Sertéssült (gluténmentes)	1 171.68	280.31	25.80	16.46	4.26	6.61	0.31	1.16		
		Sárgarépás rizs	1 672.52	400.12	7.58	8.69	1.01	72.34	0.00	1.26		
		Uborka saláta	176.63	42.26	1.49	0.14	0.00	8.70	5.99	0.05		
		Összesen:	4 107.89	982.75	50.56	35.24	7.59	113.77	6.81	3.98		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!