

## Tételes étlap 2026.02.23. - 2026.03.01.

|                    | Diéta                                 |   | Étlap tétel            | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|--------------------|---------------------------------------|---|------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 2/23/2026<br>hétfő | (00640)<br>Szakiskola tejmentes Komló | E | Kertészleves           | 395.42       | 94.40          | 4.36        | 2.13     | 0.29       | 14.09          | 0.10      | 1.05   |            |          |
|                    |                                       |   | Rántott sertésborda    | 1 721.67     | 411.88         | 30.01       | 19.52    | 4.68       | 28.30          | 1.63      | 1.66   |            |          |
|                    |                                       |   | Petrezselymes burgonya | 1 138.87     | 272.46         | 7.11        | 1.50     | 0.18       | 56.25          | 0.00      | 0.43   |            |          |
|                    |                                       |   | Céklasaláta            | 154.66       | 37.00          | 0.70        | 0.10     | 0.00       | 8.20           | 6.20      | 0.75   |            |          |
|                    |                                       |   | Körte                  | 221.35       | 52.95          | 0.40        | 0.30     | 0.00       | 12.00          | 0.00      | 0.01   |            |          |
|                    |                                       |   | Összesen:              | 3 631.97     | 868.69         | 42.58       | 23.55    | 5.15       | 118.84         | 7.93      | 3.90   |            |          |
| 2/24/2026<br>kedd  | (00640)<br>Szakiskola tejmentes Komló | E | Tarhonyaleves          | 423.37       | 101.29         | 2.53        | 3.29     | 0.34       | 14.85          | 0.10      | 0.95   |            |          |
|                    |                                       |   | Húspogácsa szelet      | 1 335.73     | 319.55         | 16.85       | 21.18    | 7.08       | 14.58          | 0.19      | 0.57   |            |          |
|                    |                                       |   | Felesborsófőzelék      | 1 296.85     | 310.25         | 16.86       | 5.88     | 0.74       | 47.11          | 0.00      | 1.00   |            |          |
|                    |                                       |   | Teljes kiőrlésű kenyér | 667.13       | 159.60         | 5.88        | 1.44     | 0.36       | 28.92          | 0.18      | 0.54   |            |          |
|                    |                                       |   | Összesen:              | 3 723.08     | 890.69         | 42.12       | 31.79    | 8.52       | 105.46         | 0.47      | 3.06   |            |          |

|                                                                 |   |                                 |          |        |       |       |      |        |       |      |  |  |
|-----------------------------------------------------------------|---|---------------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|--|
| 2/25/2026<br>szerda<br>(00640)<br>Szakiskola tejmentes Komló    | E | Zöldséges zellerleves           | 449.67   | 107.38 | 3.41  | 2.51  | 0.32 | 17.11  | 0.10  | 0.95 |  |  |
|                                                                 |   | Párolt csirkemell               | 845.42   | 202.25 | 29.74 | 8.66  | 1.14 | 1.11   | 0.00  | 1.70 |  |  |
|                                                                 |   | Paradicsommártás, Főtt burgonya | 1 630.65 | 390.11 | 8.10  | 6.28  | 0.69 | 72.83  | 23.10 | 0.27 |  |  |
|                                                                 |   | Teljes kiőrlésű kenyér          | 667.13   | 159.60 | 5.88  | 1.44  | 0.36 | 28.92  | 0.18  | 0.54 |  |  |
|                                                                 |   | Összesen:                       | 3 592.87 | 859.34 | 47.13 | 18.89 | 2.51 | 119.97 | 23.38 | 3.46 |  |  |
| 2/26/2026<br>csütörtök<br>(00640)<br>Szakiskola tejmentes Komló | E | Zöldséges karfiolleves          | 446.58   | 106.84 | 3.85  | 3.00  | 0.36 | 15.92  | 0.00  | 0.30 |  |  |
|                                                                 |   | Mexikói csirkemell              | 892.87   | 213.61 | 25.50 | 6.73  | 0.86 | 12.10  | 0.00  | 1.16 |  |  |
|                                                                 |   | Bulgur                          | 1 498.40 | 358.47 | 11.06 | 6.77  | 0.84 | 68.28  | 0.00  | 0.33 |  |  |
|                                                                 |   | Szőlő                           | 404.44   | 96.76  | 0.72  | 0.36  | 0.00 | 21.72  | 0.00  | 0.01 |  |  |
|                                                                 |   | Almalé 100% HD                  | 384.56   | 92.00  | 0.50  | 0.50  | 0.00 | 22.00  | 20.00 | 0.01 |  |  |
|                                                                 |   | Összesen:                       | 3 626.85 | 867.68 | 41.63 | 17.36 | 2.06 | 140.02 | 20.00 | 1.81 |  |  |

|                                                              |   |                                             |          |        |       |       |      |        |       |      |  |  |
|--------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|--|
| 2/27/2026<br>péntek<br>(00640)<br>Szakiskola tejmentes Komló | E | Tárkonyos<br>harcsaraguleves<br>(tejmentes) | 872.48   | 208.53 | 15.16 | 6.52  | 0.65 | 21.76  | 0.10  | 1.23 |  |  |
|                                                              |   | Meggyes pite<br>(TEJMENTES)                 | 2 711.31 | 648.64 | 11.20 | 19.63 | 8.41 | 106.36 | 31.58 | 0.93 |  |  |
|                                                              |   | Összesen:                                   | 3 583.79 | 857.17 | 26.36 | 26.15 | 9.06 | 128.12 | 31.68 | 2.16 |  |  |

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!