

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 hétfő	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E Kertészleves	413.33	98.69	4.48	2.15	0.30	14.96	0.62	1.11		
		Mustáros kakukkfűves sertésragu	1 047.68	250.64	22.22	14.96	3.78	6.31	0.93	0.68		
		Petrezselymes rizs	1 825.59	436.74	8.26	9.61	1.12	78.74	0.57	1.16		
		Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01		
		Összesen:	3 552.22	849.61	35.44	27.08	5.20	114.41	2.12	2.96		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
		Fűszeres csirkemell	851.13	203.62	29.79	8.67	1.14	1.36	0.00	1.21		
		Görög saláta	692.20	165.60	4.46	11.25	2.55	14.29	0.00	1.09		
		Pírtott pita	1 067.10	255.29	9.10	3.53	0.21	44.08	2.90	0.99		
		Pöttyös Rudi	431.38	103.20	2.85	5.64	4.59	11.79	11.46	0.33		
Összesen:	3 426.37	819.71	46.70	29.59	8.49	93.52	34.36	3.63				

2/24/2026 kedd	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Tarhonyaleves	453.22	108.43	2.73	3.32	0.35	16.31	0.97	1.05		
			Húspogácsa	1 065.98	255.02	19.73	13.08	3.23	14.01	0.30	0.63		
			Felesborsófőzelék	1 265.63	302.78	16.93	4.97	0.64	47.21	0.04	0.86		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	3 451.96	825.83	45.27	22.81	4.58	106.45	1.49	3.08		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Tarhonyaleves	453.22	108.43	2.73	3.32	0.35	16.31	0.97	1.05		
			Rántott csirkecombfilé	1 463.60	350.14	26.92	14.08	2.45	26.76	0.80	1.50		
			Burgonyapüré	811.55	194.15	5.34	1.43	0.83	38.61	3.19	2.37		
			Ecetes almapaprika	92.97	22.24	1.12	0.28	0.00	3.79	3.76	0.60		
			Őszibarack befőtt	271.20	64.88	0.54	0.04	0.01	17.46	25.44	0.00		
		Összesen:	3 092.54	739.84	36.65	19.15	3.64	102.93	34.16	5.52			

2/26/2026 csütörtök	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Zöldséges karfiollevés	476.42	113.98	4.04	3.02	0.37	17.38	0.87	0.40		
			Karamellizált hagymás csirkemell	1 159.34	277.35	30.62	13.17	6.66	9.01	3.74	0.80		
			Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		
			Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
		Összesen:	3 330.14	796.69	46.42	23.26	7.87	104.47	4.61	1.53			
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Karfiollevés	648.05	155.03	5.07	7.62	2.81	16.41	1.51	0.30		
			Korzikai aprópecsenye	2 661.45	636.71	35.78	29.01	5.65	56.39	0.00	0.79		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
			Összesen:	3 526.28	843.60	42.01	36.97	8.46	83.04	3.41	2.09		

2/27/2026 péntek	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Tárkonyos harcсарaguleves	1 017.68	243.46	15.91	10.34	3.02	21.24	2.16	1.37		
			Mákos metélt	2 852.89	682.51	20.13	20.38	3.97	103.85	24.98	0.83		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	4 015.98	960.76	36.44	31.12	6.99	132.09	27.14	2.21		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Tárkonyos harcсарaguleves	1 017.68	243.46	15.91	10.34	3.02	21.24	2.16	1.37		
			Morzsás nudli	2 854.05	682.79	17.60	17.16	1.31	113.80	0.64	1.63		
			Almakompót	397.03	94.98	0.49	0.50	0.00	21.53	12.99	0.01		
			Összesen:	4 268.76	1 021.23	34.00	28.00	4.33	156.57	15.79	3.01		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!