

Tételes étlap 2026.04.20. - 2026.04.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
4/20/2026 hétfő (00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00			
	Medve kockasajt	539.22	129.00	6.30	10.50	6.90	2.40	1.20	0.90			
	Hónapos retek	24.36	5.83	0.48	0.04	0.00	0.88	0.00	0.06			
	Teljes kiőrl.kifli	1 007.38	241.00	7.40	3.60	1.70	42.00	2.60	1.20			
	E Vöröslencse krémleves	473.67	113.32	2.20	6.71	1.73	10.64	1.50	0.82			
	Pírtott napraforgómag	243.67	58.29	2.25	4.90	0.00	1.23	0.00	0.00			
	Kukoricás csirkemell	1 003.96	240.18	23.43	7.53	1.00	19.37	0.00	1.34			
	Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33			
	Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01			
	V Búbos hús	1 361.48	325.71	29.14	18.84	5.41	9.34	0.01	0.79			
	Burgonya pogácsa	1 524.89	364.81	7.00	27.17	19.14	25.02	1.60	2.00			
	Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75			
	Összesen:		8 278.56	1 980.51	90.84	86.60	36.72	211.92	23.10	8.20		

4/20/2026 hétfő (00625) B menü (Gimi-szakiskola)		E	Vöröslencse krémleves	473.67	113.32	2.20	6.71	1.73	10.64	1.50	0.82		
			Pírtott napraforgómag	243.67	58.29	2.25	4.90	0.00	1.23	0.00	0.00		
			Parajos csirkés penne	2 684.89	642.32	44.80	14.52	2.17	80.80	4.58	1.29		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 547.64	848.72	49.65	26.53	3.90	99.67	6.08	2.12		
4/21/2026 kedd (00540) Szakiskola Komló (A-menü)		R	Tej	608.58	145.59	10.20	4.50	2.44	15.90	0.00	0.40		
			Meggylekvár	260.70	62.37	0.15	0.06	0.00	14.40	0.00	0.00		
			Fonott kalács	1 469.00	351.44	9.80	3.90	2.60	60.90	7.90	0.44		
			Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04		
		E	Daragaluskaleves	679.66	162.60	3.33	8.16	0.97	18.57	0.09	0.75		
			Baconos-sajtos hal	1 416.89	338.97	24.33	23.16	9.28	7.14	1.29	1.85		
			Tészta köret	1 857.42	444.36	13.00	7.77	1.23	80.00	0.10	0.70		
		V	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		
			Ízes sonka	213.18	51.00	7.50	2.00	0.80	0.75	0.00	0.90		
			Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00		

4/21/2026 kedd		(00625) B menü (Gimi-szakiskola) 00540										
V	Teljes kiőrlésű zsemle	919.60	220.00	7.50	1.30	0.30	41.30	0.50	1.20			
Összesen:		7 714.28	1 845.53	76.73	53.05	18.22	250.36	19.91	6.32			
E	Daragaluskaleves	655.20	156.75	3.03	8.12	0.97	17.56	0.09	0.92			
	Pilis szelet	1 380.92	330.36	27.41	18.89	6.42	13.86	0.43	1.10			
	Jázmin rizs	1 578.56	377.65	6.66	8.33	1.03	68.40	0.11	0.29			
	Vitamin saláta	263.34	63.00	1.63	0.20	0.02	13.39	6.99	0.26			
Összesen:		3 878.02	927.76	38.73	35.54	8.44	113.21	7.62	2.57			
4/22/2026 szerda		(00540) Szakiskola Komló (A-menü)										
R	Pöttyös kakaó	585.20	140.00	7.00	3.20	2.20	19.60	19.40	0.24			
	Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04			
	Főtt tojás	276.19	66.07	5.40	4.80	1.24	0.24	0.00	0.14			
	Paradicsom	36.62	8.76	0.40	0.08	0.02	1.60	0.00	0.01			
	Teljes kiőrlésű zsemle	919.60	220.00	7.50	1.30	0.30	41.30	0.50	1.20			
E	Köménymaglevés	445.82	106.65	1.89	5.45	1.57	11.29	0.20	0.10			
	Sertéspörkölt	1 113.11	266.29	23.86	16.46	4.03	5.28	0.41	0.62			
	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			
	Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00			

4/22/2026 szerda											
(00540) Szakiskola Komló (A menü)	V	Gyrosos csirkesült	770.53	184.34	29.73	6.82	0.95	0.79	0.00	0.82	
		Görög saláta	692.20	165.60	4.46	11.25	2.55	14.29	0.00	1.09	
		Krémes kapros öntet	371.67	88.92	4.53	4.83	3.08	6.25	1.29	0.45	
		Pírtott pita	1 067.10	255.29	9.10	3.53	0.21	44.08	2.90	0.99	
		Összesen:	8 405.20	2 010.81	117.26	65.37	17.45	228.71	24.94	7.10	
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Köménymagleves	445.82	106.65	1.89	5.45	1.57	11.29	0.20	0.10	
		Töltött paprika	2 131.09	509.83	19.75	25.64	7.54	48.20	23.10	0.99	
		Főtt burgonya	705.50	168.78	4.50	0.36	0.05	36.00	0.00	1.00	
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54	
		Összesen:	3 949.54	944.86	32.02	32.89	9.52	124.41	23.48	2.63	
4/23/2026 csütörtök (00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tej	608.58	145.59	10.20	4.50	2.44	15.90	0.00	0.40	
		Kenőmájas	536.50	127.74	5.00	11.15	5.40	0.85	0.00	0.75	
		Uborka	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.01	
		Teljes kiőrl.kifli	1 007.38	241.00	7.40	3.60	1.70	42.00	2.60	1.20	
	E	Brokkolikrémleves	617.62	147.76	7.07	5.00	0.92	18.40	0.52	0.37	
		Szerb rizses csirkemell	2 594.39	620.67	33.38	17.20	2.11	82.28	0.41	1.37	
		Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24	

4/23/2026 csütörtök	(00540) Szakiskola Komló (A menü)	V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
			Körözött	316.54	75.73	6.80	4.29	2.69	2.31	2.04	0.35	
			Hónapos retek	24.36	5.83	0.48	0.04	0.00	0.88	0.00	0.06	
			Kukoricás kenyér	1 191.30	285.00	9.60	1.00	0.00	59.00	0.00	1.20	
			Összesen:	7 347.66	1 757.21	82.71	47.18	15.29	244.43	20.56	5.95	
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Brokkolikrémléves	688.36	164.68	6.33	6.70	1.05	19.51	0.87	0.98	
			Csirkemell paprikás	1 073.99	256.93	28.89	12.26	3.46	7.45	1.63	1.57	
			Galuska	1 931.77	462.15	11.25	9.43	1.35	82.50	1.25	0.63	
			Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24	
			Összesen:	3 944.20	943.59	48.45	28.67	5.89	121.43	8.75	3.42	
4/24/2026 péntek	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
			Tolle trappista sajt	647.90	155.00	13.85	14.05	8.93	0.80	0.00	1.21	
			Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00	
			Teljes kiőrlésű zsemle	919.60	220.00	7.50	1.30	0.30	41.30	0.50	1.20	
		E	Palócleves	1 318.38	315.40	17.91	14.54	4.74	27.47	2.37	1.83	
			Almás töltött fánk fahéjas porcukorral	1 977.98	473.20	6.24	20.80	8.98	63.70	29.90	1.30	
			Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04	

4/24/2026 péntek	(00540) Szakiskola Komló (A menü)	E	Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		V	Vaníliaízű puding kakaós öntettel	783.76	187.50	3.00	2.26	1.50	38.50	29.76	1.60		
			Kifli	625.05	149.53	4.95	1.26	0.27	28.71	1.08	0.49		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	7 650.24	1 830.20	61.65	56.33	25.08	267.12	73.78	8.22		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Palócleves	1 318.38	315.40	17.91	14.54	4.74	27.47	2.37	1.83		
			Házias jellegű ccsászármorzsa	2 703.21	646.70	18.48	15.15	3.60	84.03	14.64	1.37		
			Szamóca öntet	231.74	55.44	0.72	0.32	0.00	11.82	5.99	0.01		
			Összesen:	4 253.33	1 017.54	37.11	30.01	8.34	123.32	23.00	3.21		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!