

Tételes étlap 2026.04.27. - 2026.05.03.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/27/2026 hétfő	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
		Zöldséges zellerleves	472.05	112.74	3.56	2.53	0.33	18.21	0.75	0.44		
		Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		
		Znaimi sertéscomb	1 276.82	305.46	23.05	20.49	6.80	6.78	1.91	1.32		
		Összesen:	3 109.09	743.61	34.12	24.82	7.31	93.24	2.66	2.20		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E Zöldséges zellerleves	472.05	112.74	3.56	2.53	0.33	18.21	0.75	0.44		
		Rántott camembert nuggets	1 528.93	365.77	13.00	25.78	12.09	1.81	1.50	1.30		
		Áfonyás dzsem	293.44	70.20	0.13	0.01	0.00	17.40	16.02	0.00		
		Jázmin rizs	1 578.56	377.65	6.66	8.33	1.03	68.40	0.11	0.29		
		Összesen:	3 872.98	926.36	23.35	36.65	13.45	105.82	18.38	2.03		

4/28/2026 kedd	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Tarhonyaleves	453.22	108.43	2.73	3.32	0.35	16.31	0.97	1.05		
			Sült csirkecomb	623.54	149.17	20.90	6.79	1.51	0.83	0.18	0.43		
			Lencsefőzelék	1 807.28	432.36	23.94	12.16	3.27	56.14	2.20	0.62		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	3 551.17	849.56	53.45	23.71	5.49	102.20	3.53	2.64		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Tojásleves	379.47	90.78	3.52	5.60	0.93	6.47	0.00	0.66		
			Ratatouille (francia lecsó)	563.99	134.93	4.22	5.92	0.78	15.40	0.00	0.61		
			Tarhonya köret	1 927.59	461.15	13.00	9.63	1.45	80.00	0.10	1.00		
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	3 309.82	791.83	22.04	21.25	3.16	126.07	0.10	2.33		

4/29/2026 szerda	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Fokhagymakrém leves	683.04	163.41	4.95	7.70	2.79	18.36	1.95	1.37		
			Zöldséges bolognai ragu	1 543.05	369.15	27.38	20.06	7.76	19.20	9.98	1.76		
			Spagetti	1 655.16	395.97	13.50	8.63	1.19	65.61	0.00	0.88		
			Összesen:	3 881.25	928.53	45.83	36.39	11.74	103.17	11.93	4.01		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Fokhagymakrém leves	683.04	163.41	4.95	7.70	2.79	18.36	1.95	1.37		
			Sült zöldséges burgonya	954.99	228.47	6.39	1.46	0.15	46.18	0.20	0.60		
			Uborka saláta	158.61	37.95	1.48	0.14	0.00	7.65	5.00	0.15		
			Őszibarack befőtt	271.20	64.88	0.54	0.04	0.01	17.46	25.44	0.00		
			Vajban sült petrezselymes harcsaszelet	864.46	206.81	17.01	14.55	6.14	0.86	0.05	0.87		
			Összesen:	2 932.30	701.52	30.37	23.89	9.09	90.51	32.64	2.99		

4/30/2026 csütörtök	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Csontleves cérnametéllel	400.73	95.87	4.05	2.08	0.07	15.04	1.00	0.65		
			Ajvámártásos húscsíkok	1 710.54	409.22	29.27	30.04	13.09	6.49	2.44	1.17		
			Párolt rizs	1 601.54	383.14	7.32	7.71	0.90	70.63	0.52	0.37		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 829.14	916.06	40.96	40.15	14.06	97.76	3.96	2.20			
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Csontleves	283.99	67.94	2.77	1.03	0.08	11.80	0.35	0.28		
			Juhtúrós sztrapacska szalonnapörccel	3 400.30	813.47	26.85	30.22	14.01	106.86	3.83	2.01		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 829.70	916.20	30.02	31.65	14.09	125.66	4.18	2.30			

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!