

## 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 (00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R Tej	608.58	145.59	10.20	4.50	2.44	15.90	0.00	0.40		
	Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04		
	Főtt tojás	276.19	66.07	5.40	4.80	1.24	0.24	0.00	0.14		
	Hónapos retek	24.36	5.83	0.48	0.04	0.00	0.88	0.00	0.06		
	Teljes kiórl.kifli	1 007.38	241.00	7.40	3.60	1.70	42.00	2.60	1.20		
	E 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		
	Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
	V Zöldborsós csirkemell	945.87	226.28	27.64	6.80	0.86	13.19	0.00	1.17		
	Párolt rizs	1 601.54	383.14	7.32	7.71	0.90	70.63	0.52	0.37		
	Összesen:	7 610.63	1 820.52	92.58	53.27	14.76	236.10	5.78	5.58		

4/27/2026 hétfő (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 (00540) Szakiskola Komló (A-menü)		R	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
			Mozzarella sajt	590.02	141.15	9.71	10.80	5.75	1.11	0.00	0.47	
			Uborka	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.01	
			Teljes kiőrlésű zsemle	919.60	220.00	7.50	1.30	0.30	41.30	0.50	1.20	
		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	
		V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
			Főtt bécsi rudacska	572.66	137.00	6.50	12.50	3.85	0.00	0.00	1.05	
			Ketchup	137.94	33.00	0.45	0.09	0.00	7.50	7.20	0.45	

4/28/2026 kedd	(00540)	V	Kukoricás kenyér	1 191.30	285.00	9.60	1.00	0.00	59.00	0.00	1.20	
			Összesen:	7 344.85	1 757.13	88.41	49.60	15.39	232.11	31.21	7.02	
	(00625)	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	(00540)	R	Pöttyös kakaó	585.20	140.00	7.00	3.20	2.20	19.60	19.40	0.24	
			Csemege szalámi	328.55	78.60	2.70	7.50	3.15	0.06	0.06	0.50	
			Paradicsom	36.62	8.76	0.40	0.08	0.02	1.60	0.00	0.01	
			Teljes kiórl.kifli	1 007.38	241.00	7.40	3.60	1.70	42.00	2.60	1.20	
	Szakiskola 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	
		V	Húspogácsa szelet	1 318.21	315.36	16.69	21.15	7.08	13.83	0.18	0.63	
			Citrusos-petrezselymes csicseri saláta	799.66	191.31	9.21	4.86	0.64	22.95	0.60	1.38	

4/29/2026 szerda		00540 (00625) B menü (Gimi-szakiskola)											
V	Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01				
Összesen:		8 178.22	1 956.51	89.63	77.08	26.53	215.21	34.77	7.98				
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		00540 (00540) Szakiskola Komló (A-menü)											
R	Tej	608.58	145.59	10.20	4.50	2.44	15.90	0.00	0.40				
	Sonkás sajtkrém	581.02	139.00	5.50	12.55	0.00	1.00	0.00	1.40				
	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	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				

4/30/2026 csütörtök	(00540) Szakiskola Komló (A menü)	E	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		
		V	Kinder tejszelet	986.48	236.00	4.40	15.60	9.20	19.00	22.92	0.34		
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	7 396.35	1 769.46	70.34	74.32	26.00	200.36	27.38	5.60		
	(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!