




5/19/2026 kedd (00551) Alsós hal-marhamentes Komló	T	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
		Delma kakaós krém	479.03	114.60	0.34	10.00	2.80	6.40	5.60	0.10		
		Császárszemle	687.40	164.45	5.33	1.37	0.39	31.52	0.45	0.91	 	
	E	Majorannás csirkecomb	552.31	132.13	16.74	6.95	1.37	0.49	0.00	0.78		
		Kertészleves	260.39	62.16	2.68	1.21	0.18	9.86	0.42	0.68	     	
		Bulgur	1 177.12	281.61	8.60	5.57	0.69	53.11	0.00	0.23		
		Káposzta saláta	155.77	37.26	1.15	0.16	0.02	7.57	3.50	0.22		
		Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
	U	Gouda sajt	522.73	125.06	8.73	9.60	5.38	0.78	0.00	0.72		
		Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04		
		Paprika	24.57	5.88	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00		
		Teljes kiőrl.kifli	503.69	120.50	3.70	1.80	0.85	21.00	1.30	0.60		
		Összesen:	5 346.55	1 278.95	57.45	41.60	14.03	169.10	11.27	4.67		

5/20/2026 szerda (00551) Alsós hal-marhamentes Komló	T	Tea	163.71	39.17	0.40	0.08	0.00	9.13	8.99	0.00	
		Snidlinges túró	196.34	46.97	4.47	2.77	1.76	0.94	1.34	0.23	
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45	
	E	Brokkolikrémleves	432.57	103.49	5.29	2.89	0.62	13.93	0.44	0.34	
		Tarhonyás hús	2 063.47	493.65	27.43	15.93	3.72	59.44	0.34	0.75	
		Vitamin saláta	180.17	43.10	1.06	0.13	0.01	9.23	5.00	0.24	
	U	Mesés tej	468.16	112.00	6.00	5.60	4.00	9.20	9.20	0.26	
		Áfonyás muffin	1 038.44	248.43	3.15	12.13	5.33	31.96	16.61	0.26	
		Összesen:	5 098.80	1 219.81	52.70	40.73	15.74	157.93	42.07	2.53	
5/21/2026 csütörtök (00551) Alsós hal-marhamentes Komló	T	Főtt tojás	207.14	49.55	4.05	3.60	0.93	0.18	0.00	0.11	
		Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33	
		Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04	
		Paradicsom	27.47	6.57	0.30	0.06	0.01	1.20	0.00	0.00	
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45	
	E	Paradicsom leves	632.66	151.35	2.83	3.26	0.38	26.79	16.87	0.29	
		Zöldséges sertésragu	770.54	184.34	14.25	11.48	2.48	5.71	0.00	0.76	

5/21/2026 csütörtök		(00551) Alsós hal-marhamentes Komló										
E	Jázmín rizs	1 219.97	291.86	5.18	6.27	0.77	53.20	0.08	0.20			
	Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00			
U	Gyümölcsös joghurt	358.23	85.70	3.25	2.25	1.50	16.62	15.25	0.00			
	Kifli	625.05	149.53	4.95	1.26	0.27	28.71	1.08	0.49			
	Összesen:	5 118.85	1 224.59	48.55	34.37	8.98	179.38	33.45	2.67			
5/22/2026 péntek		(00551) Alsós hal-marhamentes Komló										
T	Tea	163.71	39.17	0.40	0.08	0.00	9.13	8.99	0.00			
	Reszelt sajt	388.74	93.00	7.80	6.90	4.65	0.00	0.00	0.54			
	Vajas ízű margarin	296.36	70.90	0.04	8.00	2.20	0.04	0.02	0.03			
	Paprika Kaliforniai	38.70	9.26	0.30	0.09	0.01	1.81	0.00	0.00			
	Kukoricás kenyér	714.78	171.00	5.76	0.60	0.00	35.40	0.00	0.72			
E	Csirkeraguleves	524.83	125.56	13.36	2.90	0.42	11.24	0.09	0.73			
	Szilvatöltelkes gombóc fahéjas porcukorral	1 899.11	454.33	8.65	5.93	1.00	87.11	33.03	0.67			
U	Kaiser debreceni sonka	134.18	32.10	4.50	1.08	0.39	1.38	0.12	0.66			
	Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04			
	Zöldhagyma	20.25	4.84	0.27	0.03	0.00	1.10	0.00	0.01			
	Teljes kiőrlésű zsemle	459.80	110.00	3.75	0.65	0.15	20.65	0.25	0.60			
	Összesen:	4 678.08	1 119.16	44.85	27.26	9.13	167.88	42.50	4.00			



# ISKOLA ÉTTEREM

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!