

Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/26/2026 kedd (00541) Szakiskola EGYMI Komló	R Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
	Pizzás twister	2 516.36	602.00	12.80	27.20	14.00	75.00	10.80	3.26		
	T Kakaó	775.24	185.46	8.74	4.03	2.20	28.36	14.99	0.34		
	Majorannás májas	412.98	98.80	4.64	8.00	3.28	2.24	0.52	0.72		
	Paradicsom	36.62	8.76	0.40	0.08	0.02	1.60	0.00	0.01		
	Teljes kiőrlésű zsemle	459.80	110.00	3.75	0.65	0.15	20.65	0.25	0.60		
	E Fokhagymakrém leves	683.04	163.41	4.95	7.70	2.79	18.36	1.95	1.37		
	Párolt rizs	1 601.54	383.14	7.32	7.71	0.90	70.63	0.52	0.37		
	Currys csirkemell	995.64	238.19	28.27	11.72	5.64	4.88	0.85	0.25		
	Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
	U Krémtúró vanília	673.40	161.10	7.74	4.50	3.00	22.50	18.90	0.15		
	Kifli	625.05	149.53	4.95	1.26	0.27	28.71	1.08	0.49		
	V Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
	Kukoricás kenyér	1 072.17	256.50	8.64	0.90	0.00	53.10	0.00	1.08		
	Főtt bécsi rudacska	572.66	137.00	6.50	12.50	3.85	0.00	0.00	1.05		
	Ketchup	68.97	16.50	0.23	0.05	0.00	3.75	3.60	0.23		

5/26/2026 kedd	(00541) Szakiskola EGYMI K	V	Mustár	73.36	17.55	0.68	0.75	0.45	1.50	2.18	0.30	
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00	
			Összesen:	11 577.72	2 769.78	109.23	91.52	38.59	371.29	65.63	10.56	
5/27/2026 szerda	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33	
			Kukoricás kenyér	1 072.17	256.50	8.64	0.90	0.00	53.10	0.00	1.08	
			Kapros túró	336.82	80.58	7.47	4.83	3.06	1.66	2.31	0.16	
			Hónapos retek	24.36	5.83	0.48	0.04	0.00	0.88	0.00	0.06	
		T	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33	
			Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04	
			Áfonyás dzsem	293.44	70.20	0.13	0.01	0.00	17.40	16.02	0.00	
			Kukoricás kenyér	714.78	171.00	5.76	0.60	0.00	35.40	0.00	0.72	
		E	Tarhonyaleves	453.22	108.43	2.73	3.32	0.35	16.31	0.97	1.05	
			Dinó figurák	860.66	205.90	7.60	10.75	2.16	18.43	0.56	1.03	
			Zöldborsófőzelék	1 270.94	304.05	16.13	8.16	1.15	40.78	2.00	0.30	
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54	
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06	
		U	Trappista sajt	518.32	124.00	10.40	9.20	6.20	0.00	0.00	0.72	

5/27/2026 szerda (00541) Szakiskola EGYMI Komló	U	Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04	
		Uborka	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.01	
		Szendvics kifli	634.52	151.80	4.12	1.76	0.88	29.04	1.76	0.61	
	V	Csirkemell zöldséges bulgurral	2 179.00	481.78	33.41	9.96	1.76	77.73	0.78	2.93	
		Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75	
	Összesen:		10 727.99	2 527.00	122.19	60.71	20.62	379.27	30.78	10.76	
5/28/2026 csütörtök (00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Uborka	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.01	
		Kukoricás kenyér	1 072.17	256.50	8.64	0.90	0.00	53.10	0.00	1.08	
		Póréhagymás vajkrém	310.80	74.35	0.44	7.70	5.14	1.06	0.88	0.00	
	T	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33	
		Trópusi gyümölcsös joghurt	473.06	113.17	5.70	1.75	1.05	17.49	10.00	0.19	
	E	Kifli	625.05	149.53	4.95	1.26	0.27	28.71	1.08	0.49	
		Daragaluskaleves	679.66	162.60	3.33	8.16	0.97	18.57	0.09	0.75	
		Ratatouille csirkemell	892.15	213.43	29.22	6.75	0.91	8.35	0.00	1.20	
		Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43	
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54	
	U	Csemege szalámi	328.55	78.60	2.70	7.50	3.15	0.06	0.06	0.50	
		Liga margarin	112.86	27.00	0.06	3.00	0.90	0.06	0.06	0.12	

5/28/2026 csütörtök (00541) Szakiskola EGYMI Komló	U	Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00	
		Teljes kiőrlésű zsemle	459.80	110.00	3.75	0.65	0.15	20.65	0.25	0.60	
	V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
		Kukoricás kenyér	1 072.17	256.50	8.64	0.90	0.00	53.10	0.00	1.08	
		Boci sonkás sajtkrém	328.13	78.50	5.50	4.50	3.00	4.00	3.00	0.75	
		Zöldhagyma	40.50	9.69	0.55	0.06	0.01	2.20	0.00	0.01	
	Összesen:		8 941.72	2 139.16	96.25	50.06	18.13	317.81	25.59	8.08	
5/29/2026 péntek (00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	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	
		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	
		Kukoricás kenyér	1 072.17	256.50	8.64	0.90	0.00	53.10	0.00	1.08	
	T	Halkrém	536.28	128.30	6.74	10.95	4.92	0.87	0.94	0.58	
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54	
		Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33	
		Uborka	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.01	
	E	Jókai bableves csipetkével	1 940.29	464.07	27.51	17.11	5.75	36.83	1.53	0.83	
		Káposztás kocka	2 307.73	552.09	17.48	11.27	1.60	94.16	23.98	2.15	

29/202	00541	E	Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00	
			Összesen:	7 759.17	1 856.14	81.69	51.66	16.23	249.43	36.64	5.71	

.....
 Üzletvezető

.....
 Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!