

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	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	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		
		Összesen:	3 425.63	819.53	40.94	27.53	9.33	100.87	3.32	2.00		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E Fokhagymakrém leves	683.04	163.41	4.95	7.70	2.79	18.36	1.95	1.37		
		Lasagne	2 247.89	537.77	35.04	20.58	7.92	51.56	7.61	2.20		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
Összesen:		3 076.34	735.97	40.39	28.68	10.71	76.92	9.56	3.58			

5/27/2026 szerda	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	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		
		Összesen:	3 690.72	882.95	33.64	23.77	4.02	128.64	3.71	2.98			
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Tarhonyaleves	453.22	108.43	2.73	3.32	0.35	16.31	0.97	1.05		
			Zöldfűsz.sajjtal töltött borda	2 053.40	491.24	31.58	31.86	7.53	18.84	0.68	1.03		
			Burgonyapüré	811.55	194.15	5.34	1.43	0.83	38.61	3.19	2.37		
			Citrusos saláta	371.34	88.84	1.55	6.73	0.91	5.37	0.75	0.52		
		Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06			
		Összesen:	4 128.28	987.63	42.50	43.44	9.62	103.33	5.59	5.03			

5/28/2026 csütörtök	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	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		
			Összesen:	3 377.81	808.09	45.54	17.85	2.42	112.09	0.27	2.92		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Daragaluskaleves	679.66	162.60	3.33	8.16	0.97	18.57	0.09	0.75		
			Rántott trappista sajt	966.25	231.16	9.44	13.98	5.69	17.13	0.19	1.20		
			Tartármártás	487.74	116.69	0.96	10.95	3.37	3.66	3.28	0.45		
			Petrezselymes rizs	1 825.59	436.74	8.26	9.61	1.12	78.74	0.57	1.16		
			Összesen:	3 959.24	947.19	21.99	42.70	11.15	118.10	4.13	3.56		

5/29/2026 péntek	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	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		
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	4 425.10	1 058.52	45.31	28.62	7.35	140.59	25.51	2.98		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Jókai bableves csipetkével	1 940.29	464.07	27.51	17.11	5.75	36.83	1.53	0.83		
			Túrós palacsinta	1 933.45	462.55	21.59	17.65	9.36	53.15	26.07	1.28		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	4 019.15	961.41	49.50	35.16	15.11	96.98	27.60	2.12		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!