

Tételes étlap 2026.06.15. - 2026.06.21.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/15/2026 hétfő (00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
	Majonézes tojáskrém	310.44	74.27	3.33	6.38	1.31	0.89	0.44	0.32		
	Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00		
	Császárszemle	1 374.80	328.90	10.66	2.74	0.78	63.04	0.90	1.82		
	E Burgonyaleves	700.38	167.56	4.60	3.46	0.42	28.94	0.97	1.22		
	Aprópecsenye	940.78	225.07	21.56	13.72	3.52	3.48	0.32	1.00		
	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		
	Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
	V Búbos hús	1 361.48	325.71	29.14	18.84	5.41	9.34	0.01	0.79		
	Burgonya pogácsa	1 524.89	364.81	7.00	27.17	19.14	25.02	1.60	2.00		
	Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		
	Összesen:		9 117.91	2 181.33	109.58	86.30	34.16	236.43	11.42	8.56	

6/15/2026 hétfő (00625) B menü (Gimi-szakiskola)		E										
		Narancslé	378.00	90.00	1.40	0.40	0.10	18.80	18.80	0.00		
		Hamburger	2 752.72	658.55	24.25	30.11	13.10	69.49	18.24	3.40		
		Összesen:	3 130.72	748.55	25.65	30.51	13.20	88.29	37.04	3.40		
6/16/2026 kedd (00540) Szakiskola Komló (A-menü)		R										
		Pöttyös kakaó	585.20	140.00	7.00	3.20	2.20	19.60	19.40	0.24		
		Hónapos retek	24.36	5.83	0.48	0.04	0.00	0.88	0.00	0.06		
		Teljes kiőrl.kifli	1 007.38	241.00	7.40	3.60	1.70	42.00	2.60	1.20		
		Fokhagymás-petrezselymes vajkrém	218.20	52.20	0.56	5.16	3.28	1.04	0.52	0.30		
		E Fokhagymás gyöngybableves	1 048.97	250.95	11.97	6.57	0.85	36.61	0.56	1.35		
		Afrikai harcsapörkölt	758.02	181.34	18.14	9.71	0.85	5.06	0.41	1.17		
		Párolt rizs	1 601.54	383.14	7.32	7.71	0.90	70.63	0.52	0.37		
		Uborka saláta	158.61	37.95	1.48	0.14	0.00	7.65	5.00	0.15		

6/16/2026 kedd		(00540) Szakiskola Komló (A menü)		V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
					Ketchup	137.94	33.00	0.45	0.09	0.00	7.50	7.20	0.45	
					Teljes kiórlésű kenyér	1 111.88	266.00	9.80	2.40	0.60	48.20	0.30	0.90	
					Főtt bécsi rudacska	572.66	137.00	6.50	12.50	3.85	0.00	0.00	1.05	
					Összesen:	7 406.01	1 771.77	71.50	51.20	14.23	249.33	46.50	7.24	
6/16/2026 kedd		(00625) B menü (Gimi-szakiskola)		E	Fokhagymás gyöngybablevés	1 048.97	250.95	11.97	6.57	0.85	36.61	0.56	1.35	
					Magyaros rakott csirkemell	1 673.55	400.37	36.28	14.71	5.03	5.48	0.02	1.67	
					Fűszeres burgonya	1 232.93	294.96	7.55	1.98	0.24	60.22	0.00	0.57	
					Uborka saláta	158.61	37.95	1.48	0.14	0.00	7.65	5.00	0.15	
					Összesen:	4 114.06	984.23	57.28	23.40	6.12	109.96	5.58	3.74	
6/17/2026 szerda		(00540) Szakiskola Komló (A-menü)		R	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
					Medve kockasajt	539.22	129.00	6.30	10.50	6.90	2.40	1.20	0.90	
					Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00	
					Teljes kiórl.kifli	1 007.38	241.00	7.40	3.60	1.70	42.00	2.60	1.20	
				E	Daragaluskaleves	679.66	162.60	3.33	8.16	0.97	18.57	0.09	0.75	
					Tökmagos rántott csirkemell	1 731.28	414.18	36.45	18.24	2.98	24.73	0.64	0.70	
					Burgonyapüré	811.55	194.15	5.34	1.43	0.83	38.61	3.19	2.37	

6/17/2026 szerda											
(00540) Szakiskola Komló / A menü	E	Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75	
	V	Csirkés zöldséges bulgur füstölt sajttal	2 525.11	564.58	42.09	15.78	5.49	77.77	0.82	3.41	
		Színes saláta	130.99	31.34	1.53	0.24	0.02	5.69	0.00	0.82	
		Összesen:	7 793.86	1 825.05	104.02	58.25	18.89	229.33	24.73	10.90	
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Daragaluskaleves	679.66	162.60	3.33	8.16	0.97	18.57	0.09	0.75	
		Tejszínes húsos tortellini	2 576.03	616.28	25.00	25.74	11.94	69.61	3.20	2.38	
		Összesen:	3 255.69	778.88	28.33	33.90	12.91	88.18	3.29	3.13	
6/18/2026 csütörtök (00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33	
		Duplakakaós tekercs	1 970.87	471.50	5.64	23.81	11.62	57.50	27.03	0.69	
	E	Brokkolikrémleves	617.62	147.76	7.07	5.00	0.92	18.40	0.52	0.37	
		Bolognai spagetti	2 801.51	670.22	38.25	24.65	8.63	72.57	8.85	1.98	
	V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
		Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04	
		Trappista sajt	647.90	155.00	13.00	11.50	7.75	0.00	0.00	0.90	
	Zöldhagyma	27.00	6.46	0.37	0.04	0.01	1.47	0.00	0.01		

6/18/2026 csütörtök		(00540) Szakiskola Kombi/A		V	Teljes kiőrlésű zsemle	919.60	220.00	7.50	1.30	0.30	41.30	0.50	1.20	
					Sárgabarack	165.48	39.59	0.72	0.10	0.00	8.16	0.00	0.01	
					Összesen:	7 876.00	1 884.22	81.47	71.23	31.58	222.83	46.89	5.53	
6/18/2026 csütörtök		(00625) B menü (Gimi-szakiskola)		E	Brokkolikrémleves	617.62	147.76	7.07	5.00	0.92	18.40	0.52	0.37	
					Brassói aprópecsenye	2 105.81	503.78	30.31	18.46	5.43	52.44	0.32	1.91	
					Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75	
					Cseresznye	270.18	64.64	0.80	0.30	0.00	14.00	0.00	0.02	
					Összesen:	3 148.27	753.18	38.88	23.86	6.35	93.04	7.04	3.05	
6/19/2026 péntek		(00540) Szakiskola Komló (A-menü)		R	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
					Uborka	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.01	
					Teljes kiőrlésű kenyér	1 111.88	266.00	9.80	2.40	0.60	48.20	0.30	0.90	
					Familia toast sonkás szelet	192.28	46.00	6.00	2.00	0.80	1.00	0.20	1.25	
					Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04	
				E	Pulykaraguleves	857.03	205.03	17.48	7.68	1.48	16.15	0.17	1.41	
					Császármorzsa	2 753.37	658.70	17.52	23.55	5.76	92.91	0.00	1.20	

6/19/2026 péntek	(00540) Szakiskola Komló (A- menü)	E	Áfonyás dzsem	195.62	46.80	0.08	0.00	0.00	11.60	10.68	0.00	
			Porcukor	167.83	40.15	0.00	0.00	0.00	9.99	9.99	0.00	
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01	
		V	Banán	526.53	125.96	1.56	0.12	0.00	29.04	0.00	0.07	
			Oikos joghurt	1 576.70	377.20	6.22	20.94	13.12	40.48	0.00	0.36	
		Összesen:	7 736.10	1 850.73	59.80	58.13	22.06	265.83	31.35	5.25		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Pulykaraguleves	857.03	205.03	17.48	7.68	1.48	16.15	0.17	1.41	
			Csokis-meggyes palacsinta	1 909.36	456.78	10.39	11.01	4.66	77.29	31.29	1.69	
			Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01	
			Összesen:	2 940.89	703.56	28.35	19.17	6.14	101.84	31.46	3.11	

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!