

Tételes étlap 2026.08.31. - 2026.09.06.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/1/2026 kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Kertészleves (gluténmentes)	369.75	88.46	3.26	1.93	0.22	14.19	0.34	1.07		
			Lecsós ragu (gluténmentes)	952.19	227.80	21.92	12.03	3.34	7.46	0.70	1.31		
			Párolt rizs (gluténmentes)	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	3 175.21	759.62	32.86	21.90	4.46	105.88	1.04	2.69		
9/2/2026 szerda	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldségleves (gluténmentes)	387.07	92.60	1.80	2.66	0.31	14.90	0.34	0.36		
			Znaimi sertéscomb (gluténmentes)	1 273.84	304.75	22.74	20.58	6.83	6.52	1.93	1.32	  	
			Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	3 311.83	792.31	33.10	26.29	7.52	101.17	3.42	2.96		

9/3/2026 csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Vöröslencse krémleves (gluténmentes)	466.07	111.50	1.74	6.80	1.76	10.21	1.49	0.57	 	
			Tavaszi rizses csirkemell (gluténmentes)	2 294.73	548.98	33.45	10.71	1.35	78.90	0.00	2.14		
			Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Összesen:	3 395.44	812.31	37.67	18.29	3.14	123.08	26.49	2.96		
9/4/2026 péntek (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Rozmaringos csirkeraguleves (gluténmentes)	896.78	214.54	19.03	5.84	0.76	20.63	0.30	0.51	 	
			Burgonyás tészta (gluténmentes)	2 353.65	563.08	8.37	10.22	1.22	106.67	3.53	0.71		
			Uborka saláta	176.63	42.26	1.49	0.14	0.00	8.70	5.99	0.05		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 572.47	854.67	29.29	16.60	1.98	143.00	9.82	1.28		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!