

Tételes étlap 2026.09.07. - 2026.09.13.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/7/2026 hétfő (00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R		Kakaó	663.64	158.70	8.66	3.88	2.09	21.97	8.58	0.35		
			Magyaros vajkrém	246.40	58.95	0.80	4.00	0.00	0.64	0.00	0.00		
			Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00		
			Teljes kiőrlésű zsemle	919.60	220.00	7.50	1.30	0.30	41.30	0.50	1.20		
	E		Csontleves cércsonteláttel	400.73	95.87	4.05	2.08	0.07	15.04	1.00	0.65		
			Párolt csirkemell	843.18	201.72	29.64	8.66	1.15	0.97	0.22	1.21		
			Meggymártás	1 386.16	331.62	3.95	16.25	4.73	41.11	19.29	0.40		
			Piritott dara	1 067.81	255.46	5.64	6.17	0.63	44.04	0.00	0.40		
	V		Bácskai rizseshús	2 815.93	673.67	29.80	24.32	4.75	83.00	0.68	2.11		
			Vitamin saláta	263.34	63.00	1.63	0.20	0.02	13.39	6.99	0.26		
			Összesen:	8 639.55	2 066.83	92.15	66.98	13.74	262.66	37.26	6.58		

9/7/2026 hétfő	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Csontleves	274.85	65.75	2.64	1.19	0.04	10.92	0.61	0.47		
			Harcsapaprikás	676.40	161.82	14.35	7.84	1.99	8.22	1.61	0.76		
			Galuska	1 931.77	462.15	11.25	9.43	1.35	82.50	1.25	0.63		
			Uborka saláta	158.61	37.95	1.48	0.14	0.00	7.65	5.00	0.15		
			Összesen:	3 041.63	727.67	29.72	18.60	3.38	109.29	8.47	2.01		
9/8/2026 kedd	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
			Fonottka	1 350.14	323.00	8.20	7.70	3.20	54.40	11.80	0.72		
			Teavaj	157.59	37.70	0.03	4.17	2.58	0.03	0.03	0.00		
		E	Zellerkrémleves	633.02	151.44	4.54	5.82	0.94	19.50	0.65	0.50		
			Milánói makaróni	3 296.91	788.73	34.84	38.68	12.71	73.73	9.65	2.14		
			Szilva	201.32	48.16	0.56	0.14	0.00	10.48	0.00	0.01		
		V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Körözött	316.54	75.73	6.80	4.29	2.69	2.31	2.04	0.35		

9/8/2026 kedd	(00540) Szakiskola Komló (A)	V	Teljes kiőrl.kifli	1 007.38	241.00	7.40	3.60	1.70	42.00	2.60	1.20		
			Nektarin	184.87	44.23	0.75	0.37	0.04	9.42	0.00	0.00		
			Összesen:	7 836.17	1 874.68	72.02	68.60	25.90	235.28	36.76	5.25		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Zöldborsókrémleves	1 043.55	249.65	10.37	9.92	2.88	29.25	0.89	0.50	      	
			Búbos hús	1 361.48	325.71	29.14	18.84	5.41	9.34	0.01	0.79	  	
			Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		
			Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		
			Összesen:	4 058.09	970.83	51.27	35.63	9.13	115.07	7.10	2.37		
	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Füstölt sajt	433.05	103.60	12.16	7.04	4.36	0.08	0.08	0.60		
			Paradicsom	36.62	8.76	0.40	0.08	0.02	1.60	0.00	0.01		
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 111.88	266.00	9.80	2.40	0.60	48.20	0.30	0.90		
		E	Karalábéleves	676.61	161.67	4.97	6.57	2.73	20.21	2.26	0.83	      	
			Lenmagos rántott hal	1 496.91	358.11	24.10	17.67	2.93	24.20	0.70	0.98	   	
			Burgonyapüré	811.55	194.15	5.34	1.43	0.83	38.61	3.19	2.37	      	
			Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		
		V	Csirkemell pörkölt	842.00	201.44	25.46	8.55	1.10	5.34	0.41	1.16		

9/9/2026 szerda	(00540) Szakiskola Komló (A)	V	Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		
			Uborka saláta	158.61	37.95	1.48	0.14	0.00	7.65	5.00	0.15		
			Összesen:	7 401.54	1 770.51	95.87	50.83	13.41	232.53	28.13	8.08		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Karalábéleves	676.61	161.67	4.97	6.57	2.73	20.21	2.26	0.83	      	
			Sült kolbász	1 249.68	298.97	12.60	27.64	5.33	0.12	0.02	2.00		
			Borsos pirított burgonya	1 241.40	296.99	6.27	7.51	3.36	50.17	0.04	0.54		
			Citrusos saláta	371.34	88.84	1.55	6.73	0.91	5.37	0.75	0.52		
			Szilva	201.32	48.16	0.56	0.14	0.00	10.48	0.00	0.01		
			Összesen:	3 740.35	894.63	25.95	48.59	12.33	86.35	3.07	3.90		
9/10/2026 csütörtök	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tejeskávé	785.38	187.89	8.68	3.78	2.04	29.42	14.99	0.34	 	
			Túrós táská	1 212.20	290.00	6.90	12.80	6.06	36.50	8.60	0.48	      	
		E	Tarhonyaleves	453.22	108.43	2.73	3.32	0.35	16.31	0.97	1.05	      	
			Babfőzelék	1 579.08	377.77	18.20	11.04	3.21	51.02	1.33	0.89	      	
			Dinó figurák	860.66	205.90	7.60	10.75	2.16	18.43	0.56	1.03	      	
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
		V	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		

9/10/2026 csütörtök	(00540) Szakiskola V menü / A menü	V	Füstölt ínyenc sonka	213.50	51.08	8.20	1.15	0.45	1.75	0.20	1.10		
			Lilahagyma	66.18	15.83	0.48	0.04	0.00	3.32	0.00	0.01		
			Teljes kiőrlésű zsemle	919.60	220.00	7.50	1.30	0.30	41.30	0.50	1.20		
			Összesen:	7 312.86	1 749.49	67.19	47.00	15.23	255.25	37.34	6.69		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Tarhonyaleves	453.22	108.43	2.73	3.32	0.35	16.31	0.97	1.05	      	
			Rakott brokkoli füstölt sajttal	2 539.09	607.44	35.00	40.60	16.19	26.05	3.13	2.48	 	
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Összesen:	3 329.35	796.50	38.33	44.22	16.54	60.46	4.10	3.54		
9/11/2026 péntek	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Főtt tojás	276.19	66.07	5.40	4.80	1.24	0.24	0.00	0.14		
			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		
		E	Snidlinges májgombóclevés	1 109.88	265.52	19.35	8.03	1.60	28.26	1.04	0.59	      	
			Vanília sodó	603.34	144.34	4.77	2.54	1.34	25.43	12.01	0.19		
			Kakaós piskóta	1 388.12	332.08	10.18	7.51	2.63	54.67	28.82	0.69	 	
		V	Banán	526.53	125.96	1.56	0.12	0.00	29.04	0.00	0.07		
	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)												



9/11/2026 péntek	(00540) Szakiskola	V	Pöttyös Rudi	862.76	206.40	5.70	11.28	9.18	23.58	22.92	0.66		
			Kifli	625.05	149.53	4.95	1.26	0.27	28.71	1.08	0.49		
			Összesen:	6 704.66	1 603.96	62.51	38.06	16.86	248.97	76.16	3.74		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Snidlinges májgombóclevés	1 109.88	265.52	19.35	8.03	1.60	28.26	1.04	0.59		
			Csokis-meggyes palacsinta	1 909.36	456.78	10.39	11.01	4.66	77.29	31.29	1.69		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 164.65	757.09	30.14	19.44	6.26	112.55	32.33	2.29		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!