

Tételes étlap 2026.09.14. - 2026.09.20.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/14/2026 hétfő	Szakiskola diab-gluténmentes Komló (00655)	E	Zöldségleves (gluténmentes)	285.83	68.38	1.52	2.55	0.29	9.51	0.10	0.35		
			Sertésült csíkok (gluténmentes)	1 084.65	259.48	21.70	15.80	3.79	7.00	0.31	1.32		
			Paradicsommártás, Főtt burgonya (gluténmentes)	953.82	228.19	5.06	5.46	0.67	37.30	14.87	0.26		
			Összesen:	2 324.30	556.05	28.28	23.81	4.75	53.81	15.28	1.93		

9/15/2026 kedd (00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Brokkolikrémleves (gluténmentes)	471.10	112.70	4.97	4.13	0.83	13.23	0.07	0.29	 	
		Tejszínes baconos csirkés tészta (gluténmentes)	2 274.70	544.19	34.95	26.09	12.24	39.68	1.53	2.18	 	
		Összesen:	2 745.80	656.89	39.92	30.22	13.07	52.91	1.60	2.47		

9/16/2026 szerda (00655)	Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves (gluténmentes)	353.82	84.65	2.22	1.61	0.19	15.03	0.00	0.93		
			Zöldbabfőzelék (gluténmentes)	1 166.68	279.11	7.93	13.88	4.37	29.23	1.83	0.88		
			Sertéspörkölt	1 113.11	266.29	23.86	16.46	4.03	5.28	0.41	0.62		
			Összesen:	2 633.61	630.05	34.01	31.95	8.59	49.54	2.24	2.43		

9/17/2026 csütörtök (00655)	Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Tojásleves (gluténmentes)	360.44	86.23	2.71	5.52	0.93	6.02	0.04	1.04	 	
			Petrezselymes burgonya (diab.)	687.66	164.51	4.32	0.81	0.10	34.15	0.00	0.41		
			Sült csirkemell (gluténmentes)	650.32	155.58	27.33	4.12	0.63	1.96	0.25	1.19		
			Uborka saláta (diab.)	63.70	15.24	1.26	0.13	0.00	2.26	5.00	0.14		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	1 878.45	449.39	35.94	10.90	1.66	49.99	5.29	2.79		

9/18/2026 péntek (00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Felesborsógulyás (gluténmentes)	1 101.68	263.56	19.23	10.16	2.38	23.24	0.29	1.28		
		Tejberizs kakaós szóráttal (diab-gluténmentes)	885.82	211.92	8.20	4.07	2.09	35.22	30.02	0.43		
		Összesen:	1 987.50	475.48	27.43	14.23	4.47	58.46	30.31	1.71		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!