

Tételes étlap 2026.09.21. - 2026.09.27.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/21/2026 hétfő	Szakiskola diab-gluténmentes Komló (00655)	E	Lebbencsleves (gluténmentes)	321.58	76.94	1.36	3.48	0.78	9.77	0.20	1.29		
			Tökfőzelék (gluténmentes)	1 121.65	268.34	5.18	12.57	3.65	32.07	1.43	1.12	 	
			Vagdalt szelet (gluténmentes)	1 276.51	305.38	14.18	21.83	6.84	10.70	0.35	1.09		
			Összesen:	2 719.74	650.66	20.72	37.88	11.27	52.54	1.98	3.50		

9/22/2026 kedd (00655)	Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Lencseleves (gluténmentes)	612.36	146.50	6.36	4.37	0.47	19.99	0.24	0.94		
			Halpökrölt (tej-gluténmentes)	768.04	183.74	15.84	10.75	1.86	4.64	0.36	0.79	 	
			Párolt rizs (gluténmentes)	789.60	188.90	3.20	5.69	0.66	31.00	0.00	0.30		
			Összesen:	2 170.00	519.14	25.40	20.81	2.99	55.63	0.60	2.03		

9/23/2026 szerda	Szakiskola diab-gluténmentes Komló (00655)	E	Zöldborsóleves (gluténmentes)	438.74	104.96	4.01	2.77	0.31	15.49	0.12	0.31		
			Serpenyősburgonya virslivel (gluténment.)	1 705.67	408.06	15.50	20.44	7.52	39.56	0.52	2.14		
			Összesen:	2 144.41	513.02	19.51	23.21	7.83	55.05	0.64	2.45		

9/24/2026 csütörtök (00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Paradicsom leves (gluténmentes)	382.76	91.57	1.52	4.10	0.49	10.94	18.37	0.83	 	
		Majorannás csirkecomb	620.33	148.40	20.94	6.78	1.50	0.71	0.00	1.22		
		Kukoricás rizs (diab-gluténmentes)	969.17	231.86	4.54	6.02	0.71	39.60	0.00	0.79		
		Összesen:	1 972.26	471.83	27.00	16.90	2.70	51.25	18.37	2.84		



ISKOLA ÉTTEREM

9/25/2026 péntek (00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Gulyásleves (gluténmentes)	897.49	214.71	14.22	10.65	2.44	14.96	0.38	1.48		
		Mákos metélt (diab.- gluténmentes)	1 299.30	310.84	5.90	13.93	2.74	39.43	21.51	0.29		
		Összesen:	2 196.79	525.55	20.12	24.58	5.18	54.39	21.89	1.77		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!