

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	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Lebbencsleves (gluténmentes)	634.47	151.79	2.99	3.70	0.81	25.96	0.44	1.31		
			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		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	3 544.68	848.01	23.80	39.65	11.50	92.23	3.37	4.37		
9/22/2026 kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Lencseleves (gluténmentes)	1 049.68	251.12	12.04	5.85	0.61	36.80	0.44	0.59		
			Halpökrölt (tej-gluténmentes)	842.36	201.52	16.13	10.90	1.90	8.21	0.55	0.87	 	
			Párolt rizs (gluténmentes)	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
			Vitamin saláta	263.34	63.00	1.63	0.20	0.02	13.39	6.99	0.26		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	4 008.65	959.00	37.48	24.89	3.43	142.63	7.98	2.03		

9/23/2026 szerda (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zöldborsóleves (gluténmentes)	591.76	141.57	5.04	2.96	0.34	22.98	0.36	0.33		
			Serpenyősburgonya virslivel (gluténment.)	2 058.42	492.45	17.75	20.62	7.54	57.56	0.52	2.15		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	3 222.23	770.87	24.84	25.23	8.08	106.44	3.93	4.33		
9/24/2026 csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Paradicsom leves (gluténmentes)	811.48	194.13	2.06	5.15	0.60	33.29	20.42	0.85	 	
			Majorannás csirkecomb	620.33	148.40	20.94	6.78	1.50	0.71	0.00	1.22		
			Kukoricás rizs (gluténmentes)	1 599.06	382.55	8.89	6.90	0.84	70.77	0.00	0.80		
			Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		
			Összesen:	3 280.95	784.91	33.87	19.11	2.97	116.74	25.42	3.11		

9/25/2026 péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Gulyásleves (gluténmentes)	1 112.12	266.06	15.38	10.79	2.46	26.04	0.51	1.49		
		Mákos metélt (gluténmentes)	2 694.00	644.50	9.13	18.58	3.59	107.95	28.34	0.40		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 922.45	938.39	24.83	29.69	6.05	139.59	28.85	1.90		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!