

Tételes étlap 2026.09.21. - 2026.09.27.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/21/2026 hétfő	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Pöttyös kakaó	585.20	140.00	7.00	3.20	2.20	19.60	19.40	0.24		
			Gyulai kolbászos vajkrém	284.24	68.00	0.78	6.80	4.20	0.68	0.40	0.16		
			Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00		
			Császárszemle	1 374.80	328.90	10.66	2.74	0.78	63.04	0.90	1.82	 	
		E	Lebbencsleves	766.04	183.26	4.41	6.29	1.52	26.65	0.76	1.49	     	
			Vagdalt	1 543.13	369.17	16.90	24.64	7.32	19.11	0.44	0.66	     	
			Tökfőzelék	1 209.73	289.41	7.02	13.90	3.65	33.58	1.29	1.11	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Hamburger	2 752.72	658.55	24.25	30.11	13.10	69.49	18.24	3.40	      	
			Összesen:	9 397.00	2 248.09	77.78	89.32	33.13	272.43	51.60	9.42		

9/21/2026 hétfő	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Lebbencsleves	766.04	183.26	4.41	6.29	1.52	26.65	0.76	1.49		
			Zöldséges pirított kínai tészta csirkemellel	2 493.26	596.47	40.17	13.60	1.92	76.25	2.07	1.01		
			Szilva	251.66	60.21	0.70	0.17	0.00	13.10	0.00	0.01		
			Összesen:	3 510.96	839.94	45.28	20.06	3.44	116.00	2.83	2.51		
9/22/2026 kedd	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tej	405.72	97.06	6.80	3.00	1.63	10.60	0.00	0.27		
			Sárgabarack extradzssem	186.85	44.70	0.13	0.01	0.00	10.98	9.87	0.00		
			Fatörzs kifli	1 563.32	374.00	8.40	13.50	5.00	53.60	12.20	1.00		
		E	Lencseleves	1 071.32	256.30	13.13	5.81	0.60	37.44	0.22	0.84		
			Tejszínes halragu	899.04	215.08	16.85	13.51	4.27	5.32	0.00	1.27		
			Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
		V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04		

9/22/2026 kedd	(00540) Szakiskola Komló / A menü	V	Pick sertés párizsi	432.63	103.50	6.00	8.50	3.50	0.70	0.20	1.10		
			Uborka	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.01		
			Teljes kiőrlésű zsemle	919.60	220.00	7.50	1.30	0.30	41.30	0.50	1.20		
			Összesen:	7 485.04	1 790.67	71.17	53.76	16.45	253.56	32.98	6.06		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Lencseleves	1 071.32	256.30	13.13	5.81	0.60	37.44	0.22	0.84		
			Csemege karaj	912.65	218.34	25.29	12.53	3.78	0.87	0.00	0.99		
			Párolt rizs	1 601.54	383.14	7.32	7.71	0.90	70.63	0.52	0.37		
			Vitamin saláta	263.34	63.00	1.63	0.20	0.02	13.39	6.99	0.26		
			Összesen:	3 848.85	920.78	47.37	26.25	5.30	122.33	7.73	2.46		
9/23/2026 szerda	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tejeskávé	785.38	187.89	8.68	3.78	2.04	29.42	14.99	0.34		
			Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04		
			Csirkemell sonka	227.81	54.50	7.50	2.25	0.70	1.00	0.20	1.10		
			Paprika Kaliforniai	51.60	12.34	0.40	0.12	0.01	2.41	0.00	0.00		
			Kukoricás kenyér	1 191.30	285.00	9.60	1.00	0.00	59.00	0.00	1.20		
		E	Zöldborsókrémleves	1 043.55	249.65	10.37	9.92	2.88	29.25	0.89	0.50		
			Serpenyősborgonya virslivel	2 059.54	492.71	17.87	20.59	7.53	57.65	0.51	2.35		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Összesen:										

9/23/2026 szerda	(00540) Szakiskola Komló / A menü	E	Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		V	Rakott kínai kel	2 008.26	480.45	20.58	32.39	11.01	28.32	2.23	1.95	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	8 799.32	2 105.09	87.38	74.03	25.19	267.31	21.10	9.56		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Zöldborsókrémleves	1 043.55	249.65	10.37	9.92	2.88	29.25	0.89	0.50	      	
			BBQ csirkecomb	845.32	202.23	21.04	9.87	1.84	1.29	0.48	0.99		
			Kuszkusz	1 812.67	433.65	11.20	10.63	1.15	58.50	0.03	0.82		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	3 971.17	950.03	43.09	30.66	5.87	103.52	1.40	2.31		
9/24/2026 csütörtök	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Sonkás kockasajt	421.59	100.38	4.83	7.35	4.95	2.85	2.58	0.00		
			Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00		
			Kifli	1 250.10	299.06	9.90	2.52	0.54	57.42	2.16	0.98	 	
		E	Paradicsom leves	899.27	215.14	4.04	5.30	0.61	36.60	21.98	0.52	   	
			Tejfölös majorannás csirkecomb	772.36	184.77	21.56	9.25	3.09	3.72	0.86	0.55	       	
			Kukoricás rizs	1 722.22	412.02	9.01	9.70	1.17	71.65	0.52	0.86	      	
			Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		

9/24/2026 csütörtök	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
			Teljes kiőrlésű kenyér	1 111.88	266.00	9.80	2.40	0.60	48.20	0.30	0.90	
			Paprikás szalámi	470.67	112.60	4.08	8.60	3.96	0.76	0.08	0.80	
			Póréhagyma	61.66	14.75	0.88	0.12	0.00	2.52	0.00	0.01	
			Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04	
	Összesen:			7 392.71	1 768.11	67.38	46.80	15.25	257.23	53.48	4.90	
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Paradicsom leves	899.27	215.14	4.04	5.30	0.61	36.60	21.98	0.52	  
			Rántott harcsa	1 328.52	317.83	21.60	13.43	1.59	26.97	0.80	1.01	   
			Ecetes burgonyasaláta	1 066.86	255.23	6.66	0.54	0.06	54.65	2.00	0.53	
			Pöttyös Rudi	431.38	103.20	2.85	5.64	4.59	11.79	11.46	0.33	   
		Összesen:			3 726.03	891.40	35.15	24.91	6.85	130.01	36.24	2.39
9/25/2026 péntek	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	R	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33	
			Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04	
			Sajtos tavaszi pulyka rolád	401.28	96.00	6.00	7.50	2.85	1.05	0.25	1.00	  
			Teljes kiőrl.kifli	1 007.38	241.00	7.40	3.60	1.70	42.00	2.60	1.20	
		E	Kassai burgonyaleves pulykahússal	1 453.59	347.75	17.27	17.91	5.30	28.57	1.34	0.88	       

9/25/2026 péntek	(00540) Szakiskola Komló (A-menü)	E	Mákos metélt	2 852.89	682.51	20.13	20.38	3.97	103.85	24.98	0.83		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		V	Gyümölcsös jogurt	1 170.40	280.00	9.80	7.20	4.60	29.60	0.00	0.30		
			Kifli	625.05	149.53	4.95	1.26	0.27	28.71	1.08	0.49		
			Nektarin	184.87	44.23	0.75	0.37	0.04	9.42	0.00	0.00		
	Összesen:			8 356.56	1 999.18	75.14	63.29	21.08	262.07	30.25	5.08		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Kassai burgonyaleves pulykahússal	1 453.59	347.75	17.27	17.91	5.30	28.57	1.34	0.88		
			Almás pite	2 513.01	601.20	11.92	17.88	8.27	97.35	17.15	0.92		
		Összesen:			3 966.60	948.95	29.19	35.79	13.57	125.92	18.49	1.80	

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!