

Tételes étlap 2026.09.28. - 2026.10.04.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/28/2026 hétfő	Szakiskola diab-gluténmentes Komló (00655)	E	Vegyes zöldségleves (gluténmentes)	347.07	83.03	3.05	2.71	0.32	11.25	0.11	0.29	 	
			Csirkemell pörkölt (gluténmentes)	842.00	201.44	25.46	8.55	1.10	5.34	0.41	0.87		
			Felesborsófőzelék (gluténmentes)	869.29	207.96	9.50	4.77	0.65	30.95	0.07	1.00		
			Összesen:	2 058.36	492.43	38.01	16.03	2.07	47.54	0.59	2.16		

9/29/2026 kedd	Szakiskola diab-gluténmentes Komló (00655)	E	Fokhagymakrém leves (gluténment.)	552.57	132.20	3.01	7.68	2.78	12.19	1.14	1.27	 	
			Budapest sertésragu (gluténment.)	1 191.90	285.14	26.83	14.85	3.66	10.52	0.39	1.19		
			Párolt rizs (gluténmentes)	789.60	188.90	3.20	5.69	0.66	31.00	0.00	0.30		
			Összesen:	2 534.07	606.24	33.04	28.22	7.10	53.71	1.53	2.76		

9/30/2026 szerda (00655)	Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Hagymás törtburgonya	875.87	209.54	4.74	4.09	0.47	37.49	0.00	0.62		
			Csirkekockák hentes módra (gluténment.-diab)	977.44	233.84	28.76	10.50	2.37	5.57	0.55	1.78		
			Zöldséges zöldbableves (gluténmentes)	326.62	78.13	2.18	2.24	0.26	11.88	0.26	0.93		
			Összesen:	2 179.93	521.51	35.68	16.83	3.10	54.94	0.81	3.33		

10/1/2026 csütörtök	Szakiskola diab-gluténmentes Komló (00655)	E	Zöldséges karfiollevés (gluténmentes)	340.76	81.52	2.19	2.79	0.34	11.53	0.19	0.29		
			Bolognai spagetti (gluténmentes)	2 426.25	580.44	24.46	34.34	12.43	41.88	2.64	1.58		
			Összesen:	2 767.01	661.96	26.65	37.13	12.77	53.41	2.83	1.87		

10/2/2026 péntek (00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Alföldi betyárgulyás (gluténmentes)	1 300.25	311.06	17.45	15.60	5.38	24.22	1.34	1.49		
		Sült csirkecomb (gluténmentes)	748.57	179.08	21.05	9.89	1.84	1.26	0.00	0.43		
		Rizi-bizi (gluténmentes)	1 703.04	407.42	10.77	6.04	0.68	76.90	0.00	0.52		
		Összesen:	3 751.86	897.56	49.27	31.53	7.90	102.38	1.34	2.44		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!