

Tételes étlap 2026.10.05. - 2026.10.11.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/5/2026 hétfő	(00640)	E	Tojásleves	365.66	87.48	3.25	5.36	0.87	6.46	0.00	0.55		
			Aprópecsenye	940.78	225.07	21.56	13.72	3.52	3.48	0.32	1.00		
			Finomfőzelék (TEJMENTES)	900.67	215.47	7.20	7.67	0.83	29.06	3.32	0.91		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01		
			Összesen:	3 139.86	751.16	38.37	28.55	5.58	82.32	3.82	3.01		
10/6/2026 kedd	(00640)	E	Olasz zöldségleves	350.46	83.69	2.75	2.33	0.31	12.46	0.64	1.11		
			Gombás csirkeragu	929.17	222.29	26.17	8.71	1.88	9.46	0.51	1.40		
			Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		
			Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Összesen:	3 567.03	853.21	41.20	18.67	3.03	133.92	21.15	2.86		

10/7/2026 szerda (00640)	Szakiskola tejmentes Komló	E	Brokkolikrémleves (TEJMENTES)	529.14	126.59	4.01	5.34	0.57	15.53	1.32	0.23		
			Rántott hal (tejmentes)	1 491.08	356.72	20.42	17.47	2.77	27.83	1.63	0.97	  	
			Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00		
			Összesen:	3 611.59	864.02	33.25	28.73	7.42	113.44	14.30	2.63		
10/8/2026 csütörtök (00640)	Szakiskola tejmentes Komló	E	Szárnyasvagdalt szelet	798.88	191.12	17.31	6.82	1.23	13.55	0.16	1.14	 	
			Zöldséges karalábéleves	512.26	122.36	3.85	3.40	0.44	18.66	0.10	0.33	 	
			Rizi-bizi	1 808.29	432.60	10.77	8.83	1.00	76.90	0.00	0.81		
			Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Összesen:	3 658.65	875.08	33.13	19.65	2.67	139.31	26.46	3.04		



ISKOLA ÉTTEREM

10/9/2026 péntek (00640) Szakiskola tejmentes Komló	E	Lencsegulyás	1 461.19	349.57	25.62	10.64	2.32	37.30	0.18	1.48		
		Káposztás kocka	2 307.73	552.09	17.48	11.27	1.60	94.16	23.98	2.15		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 885.25	929.49	43.42	22.23	3.92	137.06	24.16	3.64		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!