

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2026.10.12. - 2026.10.18.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/12/2026 hétfő	Szakiskola diab-gluténmentes Komló (00655)	E	Zöldségleves (gluténmentes)	285.83	68.38	1.52	2.55	0.29	9.51	0.10	0.35		
			Sertéssült (gluténmentes)	1 171.68	280.31	25.80	16.46	4.26	6.61	0.31	1.16		
			Paradicsomos káposzta (diab.-gluténmentes)	1 081.11	258.64	6.79	8.81	1.08	34.40	30.12	1.13		
			Összesen:	2 538.62	607.33	34.11	27.82	5.63	50.52	30.53	2.64		

10/13/2026 kedd	Szakiskola diab-gluténmentes Komló (00655)	E	Zellerkrémleves (gluténmentes)	449.18	107.46	2.88	5.68	0.90	10.36	0.03	0.41		
			Párolt rizs (gluténmentes)	789.60	188.90	3.20	5.69	0.66	31.00	0.00	0.30		
			Nagykunsági bojtár pecsenye (diab- gluténment.)	1 837.79	439.66	29.39	18.71	5.18	12.65	0.68	1.00		
			Összesen:	3 076.57	736.02	35.47	30.08	6.74	54.01	0.71	1.71		

10/14/2026	szerda	(00655)	Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Csontleves (gluténmentes)	270.52	64.72	2.64	1.69	0.03	9.68	0.10	0.35		
					Főtt tojás	686.00	164.12	11.00	9.80	3.00	0.70	0.40	0.36		
					Spenót, Főtt burgonya (gluténmentes)	1 359.80	325.31	10.86	11.50	1.99	42.66	0.34	0.49		
					Összesen:	2 316.32	554.15	24.50	22.99	5.02	53.04	0.84	1.20		

10/15/2026 csütörtök (00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Tarhonyás hús (gluténmentes)	1 821.74	435.82	27.51	19.76	4.62	35.79	1.75	1.99		
		Felesborsóleves (gluténmentes)	582.10	139.26	5.57	2.98	0.39	22.00	0.16	1.07		
		Összesen:	2 403.84	575.08	33.08	22.74	5.01	57.79	1.91	3.06		

10/16/2026 péntek (00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Tárkonyos csirkeraguleves (gluténment.)	985.80	235.84	19.84	9.77	3.21	16.40	1.34	1.23		
		Pirított baconos sertésborda (gluténment.)	1 104.41	264.21	21.90	17.48	4.94	4.40	0.53	1.14		
		Sárgarépás rizs (diab.)	875.12	209.36	3.56	6.68	0.77	33.43	0.00	0.85		
		Összesen:	2 965.33	709.41	45.30	33.93	8.92	54.23	1.87	3.22		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!