

## Tételes étlap 2026.10.12. - 2026.10.18.

|                     | Diéta                                 |   | Étlap tétel                 | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
|---------------------|---------------------------------------|---|-----------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
| 10/12/2026<br>hétfő | (00640)<br>Szakiskola tejmentes Komló | E | Zöldségleves                | 388.29       | 92.70          | 2.61        | 2.82     | 0.38       | 13.80          | 0.10      | 0.32   |            |          |
|                     |                                       |   | Sertéssült (TEJMENTES)      | 1 176.16     | 281.38         | 26.26       | 16.33    | 4.21       | 6.99           | 0.27      | 1.16   |            |          |
|                     |                                       |   | Paradicsomos káposzta       | 1 515.61     | 362.59         | 8.33        | 8.37     | 0.90       | 60.64          | 32.98     | 1.12   |            |          |
|                     |                                       |   | Teljes kiőrlésű kenyér      | 667.13       | 159.60         | 5.88        | 1.44     | 0.36       | 28.92          | 0.18      | 0.54   |            |          |
|                     |                                       |   | Alma                        | 116.33       | 27.83          | 0.32        | 0.32     | 0.00       | 5.60           | 0.00      | 0.01   |            |          |
|                     |                                       |   | Összesen:                   | 3 863.52     | 924.10         | 43.40       | 29.28    | 5.85       | 115.95         | 33.53     | 3.15   |            |          |
| 10/13/2026<br>kedd  | (00640)<br>Szakiskola tejmentes Komló | E | Zellerkrémleves (TEJMENTES) | 587.79       | 140.62         | 2.74        | 5.45     | 0.57       | 19.55          | 1.32      | 0.95   |            |          |
|                     |                                       |   | Párolt rizs                 | 1 583.64     | 378.86         | 7.20        | 7.70     | 0.90       | 69.75          | 0.00      | 0.31   |            |          |
|                     |                                       |   | Nagykunsági bojtár pecsenye | 1 850.55     | 442.72         | 29.79       | 18.72    | 5.21       | 13.10          | 0.95      | 1.04   |            |          |
|                     |                                       |   | Összesen:                   | 4 021.98     | 962.20         | 39.73       | 31.87    | 6.68       | 102.40         | 2.27      | 2.30   |            |          |



|                                                               |   |                                       |          |        |       |       |      |        |       |      |  |  |
|---------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|--|
| 10/16/2026<br>péntek<br>(00640)<br>Szakiskola tejmentes Komló | E | Tárkonyos csirkeraguleves (TEJMENTES) | 893.01   | 213.64 | 20.28 | 6.14  | 0.82 | 18.94  | 0.00  | 1.20 |  |  |
|                                                               |   | Gyümölcslepény (TEJMENTES)            | 2 874.14 | 687.59 | 13.88 | 20.53 | 2.17 | 110.82 | 22.63 | 0.82 |  |  |
|                                                               |   | Összesen:                             | 3 767.15 | 901.23 | 34.16 | 26.67 | 2.99 | 129.76 | 22.63 | 2.02 |  |  |

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!