

mevid

ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2026.10.19. - 2026.10.25.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/19/2026 hétfő	Szakiskola diab-gluténmentes Komló (00655)	E	Burgonyaleves (gluténmentes)	388.71	92.99	1.77	3.14	0.38	13.87	0.13	1.10		
			Zöldséges hal (gluténmentes)	969.87	232.03	18.28	11.81	1.96	11.46	0.01	0.54		
			Jázmin rizs	752.26	179.97	2.96	5.04	0.61	30.40	0.05	0.20		
			Összesen:	2 110.84	504.99	23.01	19.99	2.95	55.73	0.19	1.84		

10/20/2026 kedd	Szakiskola diab-gluténmentes Komló (00655)	E	Zöldségleves (gluténmentes)	285.83	68.38	1.52	2.55	0.29	9.51	0.10	0.35		
			Bolognai spagetti (gluténmentes)	2 426.25	580.44	24.46	34.34	12.43	41.88	2.64	1.58		
			Összesen:	2 712.08	648.82	25.98	36.89	12.72	51.39	2.74	1.93		

10/21/2026	szerda	(00655)	Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Zöldséges karfiollevés (gluténmentes)	340.76	81.52	2.19	2.79	0.34	11.53	0.19	0.29		
					Sertéspörkölt	1 113.11	266.29	23.86	16.46	4.03	5.28	0.41	0.62		
					Burgonyafőzelék (diab.-gluténment)	1 048.78	250.90	4.77	8.14	2.94	38.19	1.39	1.03	 	
					Összesen:	2 502.65	598.71	30.82	27.39	7.31	55.00	1.99	1.94		



ISKOLA ÉTTEREM

10/22/2026 csütörtök (00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	E	Zöldséges karalábéleves (gluténment.)	396.08	94.76	2.12	3.21	0.39	13.83	0.16	0.34		
		Csirkemell zöldséges rizsszel	1 395.42	299.96	30.30	5.95	0.81	39.24	0.34	2.00		
		Összesen:	1 791.50	394.72	32.42	9.16	1.20	53.07	0.50	2.34		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!