ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2026.11.02. - 2026.11.08.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/2/2026 hétfő	(00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	**E**	Brokkolikrémleves (gluténmentes)	471.10	112.70	4.97	4.13	0.83	13.23	0.07	0.29		
			Bácskai rizseshús	1 947.28	465.86	25.00	24.14	4.72	36.50	0.68	2.10		
			Káposzta saláta (diab.)	138.32	33.09	1.65	0.23	0.03	5.81	4.00	0.23		
			Összesen:	2 556.70	611.65	31.62	28.50	5.58	55.54	4.75	2.62		



ISKOLA ÉTTEREM

11/3/2026 kedd	(00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	**E**	Burgonyaleves (gluténmentes)	388.71	92.99	1.77	3.14	0.38	13.87	0.13	1.10		
			Vagdalt szelet (gluténmentes)	1 216.14	290.94	14.72	22.26	7.18	6.12	0.14	0.94		
			Lencsefőzelék (gluténmentes)	1 251.19	299.33	13.38	10.05	2.74	37.75	1.18	0.63		
			Összesen:	2 856.04	683.26	29.87	35.45	10.30	57.74	1.45	2.67		

ISKOLA ÉTTEREM

11/4/2026 szerda	(00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	**E**	Bugaci sertésragu (gluténmentes)	1 491.37	356.79	28.24	20.53	5.49	13.91	0.90	0.73		
			Párolt rizs (gluténmentes)	789.60	188.90	3.20	5.69	0.66	31.00	0.00	0.30		
			Zöldséges zellerleves (gluténment.)	319.77	76.50	1.72	2.28	0.27	11.57	0.12	0.96		
			Összesen:	2 600.74	622.19	33.16	28.50	6.42	56.48	1.02	1.99		

ISKOLA ÉTTEREM

11/5/2026 csütörtök	Szakiskola diab-gluténmentes Komló (00655)	**E**	Zöldséges zöldbableves (gluténmentes)	326.61	78.14	2.18	2.24	0.26	11.88	0.25	0.92		
			Halrogogós (gluténmentes)	913.88	218.63	16.19	11.24	1.93	9.86	0.35	1.31		
			Petrezselymes burgonya (diab.)	687.66	164.51	4.32	0.81	0.10	34.15	0.00	0.41		
			Összesen:	1 928.15	461.28	22.69	14.29	2.29	55.89	0.60	2.64		

mevid ISKOLA ÉTTEREM

11/6/2026 péntek (00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló		**E**	Felesborsógulyás (gluténmentes)	1 058.29	253.18	19.11	10.11	2.37	20.93	0.19	1.27	
			Sajtos-tejfölös tészta (diab-gluténmentes)	1 743.28	417.05	13.76	23.62	11.73	36.57	4.09	1.16	
			Összesen:	2 801.57	670.23	32.87	33.73	14.10	57.50	4.28	2.43	

. . . .