mevid 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	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Brokkolikrémleves (TEJMENTES)	529.14	126.59	4.01	5.34	0.57	15.53	1.32	0.23		
			Bácskai rizseshús	2 815.93	673.67	29.80	24.32	4.75	83.00	0.68	2.11		
			Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 645.14	872.05	34.91	30.16	5.32	113.73	8.20	3.10		
11/3/2026 kedd	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Zöldséges burgonyaleves	670.54	160.42	4.40	3.43	0.41	27.48	0.10	1.12		
			Vagdalt szelet	1 362.65	325.99	16.17	21.97	6.89	15.11	0.18	1.05		
			Lencsefőzelék (TEJMENTES)	1 639.14	392.14	23.08	8.54	0.92	55.08	0.87	0.73		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	4 339.46	1 038.15	49.53	35.38	8.58	126.59	1.33	3.44		

mevid ISKOLA ÉTTEREM

11/4/2026 szerda	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Zöldséges zellerleves	449.67	107.38	3.41	2.51	0.32	17.11	0.10	0.95	
			Párolt rizs	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31	
			Bugaci sertésragu	1 166.78	279.13	23.35	16.05	4.35	9.95	0.70	0.63	
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00	
			Összesen:	3 377.17	807.73	34.28	26.50	5.57	106.41	0.80	1.89	
11/5/2026 csütörtök	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Zöldséges zöldbableves	488.34	116.63	4.17	2.53	0.33	18.80	0.24	0.92	
			Halrogogós (tejmentes)	943.34	225.68	17.41	10.84	1.85	13.08	0.18	1.30	
			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	
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01	
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01	
			Összesen:	3 352.15	801.75	30.39	15.77	2.36	130.63	22.32	3.67	

mevid ISKOLA ÉTTEREM

11/6/2026 péntek	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Felesborsógulyás	1 427.35	341.47	23.91	10.48	2.44	37.36	0.18	1.29		
			Pogácsa (TEJMENTES)	1 961.08	469.16	13.88	10.24	2.56	80.77	1.48	1.83		
			Összesen:	3 388.43	810.63	37.79	20.72	5.00	118.13	1.66	3.12		

....

Üzletvezető Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!