ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2026.11.23. - 2026.11.29.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/23/2026 hétfő	(00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	**E**	Köménymagleves (gluténmentes)	552.28	132.12	1.28	5.72	0.70	17.43	0.52	0.44		
			Lecsós ragu (gluténmentes)	952.19	227.80	21.92	12.03	3.34	7.46	0.70	1.31		
			Párolt rizs (gluténmentes)	789.60	188.90	3.20	5.69	0.66	31.00	0.00	0.30		
			Összesen:	2 294.07	548.82	26.40	23.44	4.70	55.89	1.22	2.05		

ISKOLA ÉTTEREM

11/24/2026 kedd	(00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	**E**	Sütőtökkrémleves (gluténmentes)	308.62	73.83	1.97	2.69	0.50	10.34	0.00	0.65		
			Borsos tokány (gluténmentes)	1 145.34	274.00	22.20	17.99	5.38	5.31	0.36	1.05		
			Tört burgonya (diab)	646.71	154.72	4.13	0.33	0.04	33.00	0.00	0.61		
			Uborka saláta (diab.)	63.70	15.24	1.26	0.12	0.00	2.26	5.00	0.14		
			Összesen:	2 164.37	517.79	29.56	21.13	5.92	50.91	5.36	2.45		

ISKOLA ÉTTEREM

11/25/2026 szerda	(00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	**E**	Zöldséges rizsleves (gluténmentes)	353.82	84.65	2.22	1.61	0.19	15.03	0.00	0.93		
			Rakott zöldbab (gluténmentes)	1 886.54	451.32	26.42	21.46	6.51	37.18	2.23	1.92		
			Összesen:	2 240.36	535.97	28.64	23.07	6.70	52.21	2.23	2.85		

ISKOLA ÉTTEREM

11/26/2026 csütörtök	(00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	**E**	Zöldséges karfiolleves (gluténmentes)	340.76	81.52	2.19	2.79	0.34	11.53	0.19	0.29		
			Tejszínes baconos csirke (gluténmentes)	1 682.40	402.49	33.33	25.51	12.16	7.83	0.05	2.10		
			Tészta köret (gluténmentes)	718.85	171.97	1.60	4.35	0.52	30.80	1.34	0.47		
			Összesen:	2 742.01	655.98	37.12	32.65	13.02	50.16	1.58	2.86		

ISKOLA ÉTTEREM

11/27/2026 péntek	(00655) Szakiskola diab-gluténmentes Komló	**E**	Babgulyás (gluténmentes)	1 060.89	253.81	18.02	11.80	2.55	18.36	0.15	1.43		
			Tejberizs kakaós szórattal (diab-gluténmentes)	885.82	211.92	8.20	4.07	2.09	35.22	30.02	0.43		
			Összesen:	1 946.71	465.73	26.22	15.87	4.64	53.58	30.17	1.86		

....

Üzletvezető Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!