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	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Köménymagleves	664.16	158.89	2.25	4.69	0.53	25.09	0.92	1.86		
			Lecsós ragu	954.05	228.24	22.12	11.98	3.32	7.62	0.68	1.31		
			Bulgur	1 498.40	358.47	11.06	6.77	0.84	68.28	0.00	0.33		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	3 386.24	810.10	35.91	23.68	4.69	115.47	1.60	3.50		
11/24/2026 kedd	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Sütőtökkrémleves (tejmentes)	782.20	187.13	2.72	5.79	0.59	30.88	3.15	0.81		
			Borsos tokány	1 147.20	274.45	22.39	17.94	5.36	5.46	0.34	1.05		
			Tört burgonya	1 097.45	262.55	7.00	0.56	0.07	56.00	0.00	0.62		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
			Összesen:	3 460.54	827.88	33.85	27.54	8.81	108.75	14.09	3.49		

ISKOLA ÉTTEREM

11/25/2026 szerda	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Zöldséges reszelttészta leves	401.60	96.08	2.90	2.48	0.32	15.29	0.00	1.31		
			Rakott zöldbab (tejmentes)	1 667.51	398.92	25.38	16.66	3.39	35.90	0.51	1.88		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
			Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
			Összesen:	3 412.17	816.30	38.56	23.13	4.45	109.86	14.44	3.92		
11/26/2026 csütörtök	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Zöldséges karfiolleves	446.58	106.84	3.85	3.00	0.36	15.92	0.00	0.30		
			Baconos csirke (tejmentes)	902.22	215.84	22.56	10.28	2.55	6.58	0.66	1.36		
			Teljes kiőrlésű tésztaköret	1 652.60	395.36	17.00	7.77	1.13	60.00	4.30	0.99		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	3 655.59	874.54	44.39	21.79	4.04	118.98	24.96	2.66		

ISKOLA ÉTTEREM

11/27/2026 péntek	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Babgulyás	1 607.03	384.46	24.03	14.92	2.92	37.94	0.18	1.78		
			Tejberizs kakaós szórattal (TEJMENTES)	2 600.38	622.10	7.45	3.57	0.79	139.05	61.22	0.59		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	4 352.82	1 041.35	31.88	18.89	3.71	183.99	61.40	2.38		

....

Üzletvezető Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!