ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2026.11.30. - 2026.12.06.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/30/2026 hétfő	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Zöldségleves	388.29	92.70	2.61	2.82	0.38	13.80	0.10	0.32		
			Sertéssült (TEJMENTES)	1 176.16	281.38	26.26	16.33	4.21	6.99	0.27	1.16		
			Magyaros burgonyafőzelék	1 128.19	269.90	6.37	5.22	0.58	48.30	0.00	1.20		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	3 629.40	868.08	41.60	26.05	5.53	112.49	0.55	3.22		
12/1/2026 kedd	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Zöldséges zöldbableves	488.34	116.63	4.17	2.53	0.33	18.80	0.24	0.92		
			Rozmaringos csirkecomb	700.80	167.66	20.94	8.93	1.73	0.69	0.00	0.93		
			Sárgarépás rizs	1 672.52	400.12	7.58	8.69	1.01	72.34	0.00	1.06		
			Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		
			Almapüré	221.54	53.00	0.30	0.00	0.00	12.00	12.00	0.00		
			Összesen:	3 333.28	797.24	34.97	20.43	3.10	115.80	17.24	3.15		

mevid ISKOLA ÉTTEREM

12/2/2026 szerda	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Daragaluskaleves	675.99	161.72	3.28	8.14	0.97	18.43	0.00	0.95	
			Húspogácsa szelet	1 335.73	319.55	16.85	21.18	7.08	14.58	0.19	0.57	
			Felesborsófőzelék	1 296.85	310.25	16.86	5.88	0.74	47.11	0.00	1.00	
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54	
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00	
			Összesen:	4 152.78	993.48	43.19	36.88	9.15	118.64	0.37	3.06	
12/3/2026 csütörtök	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Zellerkrémleves (TEJMENTES)	587.79	140.62	2.74	5.45	0.57	19.55	1.32	0.95	
			Csirkepörkölt	878.26	210.11	20.26	11.45	1.85	4.84	0.41	1.21	
			Jázmin rizs	1 578.56	377.65	6.66	8.33	1.03	68.40	0.11	0.29	
			Uborka saláta	158.61	37.95	1.48	0.14	0.00	7.65	5.00	0.15	
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01	
			Összesen:	3 576.91	855.73	32.28	28.52	6.24	114.45	15.54	2.61	

ISKOLA ÉTTEREM



12/4/2026 péntek	(00640) Szakiskola tejmentes Komló	**E**	Tárkonyos harcsaraguleves (tejmentes)	872.48	208.53	15.16	6.52	0.65	21.76	0.10	1.23		
			Káposztás kocka	2 307.73	552.09	17.48	11.27	1.60	94.16	23.98	2.15		
			Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		
			Összesen:	3 354.71	802.37	33.12	18.27	2.25	124.32	24.08	3.39		



....

Üzletvezető Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!