



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.01.20. - 2025.01.26.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
1/20/2025 hétfő (00541) Szakiskola EGYMI Komló	R Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
	Mini kuglóf	1 406.25	336.42	10.22	5.34	1.97	59.63	11.72	0.75		
	T Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
	Főtt bécsi rudacska	572.66	137.00	6.50	12.50	3.85	0.00	0.00	1.05		
	Ketchup	137.94	33.00	0.45	0.09	0.00	7.50	6.30	0.45		
	Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
	E Daragaluskaleves	679.66	162.60	3.33	8.16	0.97	18.57	0.09	0.75		
	Chilis bab	2 515.89	601.89	38.67	19.59	3.86	66.97	0.07	1.00		
	Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
	U Edámi sajt	518.32	124.00	10.40	9.20	6.20	0.00	0.00	0.72		
	Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.02	0.04		
	Uborka	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.01		
	Vizes zsemle	695.20	166.32	5.61	0.66	0.00	33.16	0.11	0.60		
	V Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		
	Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		
	Őszibarack befőtt	226.00	54.07	0.45	0.03	0.01	14.55	13.25	0.00		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

Év	Hónap	Naplószám	Ételtípus	Név	Ár	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt	Előírt						
20/202	00541	V		Fokhagymás sertésmáj	1 088.34	260.37	24.83	12.98	3.85	10.79	0.26	1.02																		
				Összesen:	11 213.73	2 682.72	129.35	77.90	23.96	357.57	48.37	8.98																		
1/21/2025	kedd	(00541)	Szakiskola EGYMI Komló	R	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33																	
					Liga margarin	75.24	18.00	0.04	2.00	0.60	0.04	0.04	0.08																	
					Akácmez	38.12	9.12	0.01	0.00	0.00	2.47	0.00	0.00																	
					Kukoricás kenyér	1 072.17	256.50	8.64	0.90	0.00	53.10	0.00	1.08																	
				T	Kakaó	620.19	148.37	6.99	3.22	1.76	22.69	11.99	0.27																	
					Natúr vajkrém	246.40	58.95	1.80	6.00	3.60	0.64	0.64	0.16																	
					Teljes kiőrlésű zsemle	459.80	110.00	3.75	0.65	0.15	20.65	0.25	0.60																	
					Paradicsom	27.47	6.57	0.30	0.06	0.01	1.20	0.00	0.00																	
				E	Tojásleves	365.66	87.48	3.25	5.36	0.87	6.46	0.00	0.55																	
					Tejfölös majorannás csirkecomb	772.36	184.77	21.56	9.25	3.09	3.72	0.66	0.55																	
					Rizi-bizi	1 819.29	435.24	10.87	8.84	1.00	77.39	0.43	0.28																	
					Vegyes vágott savanyúság	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.60																	
					Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00																	
				U	Vaníliaízű puding kakaós öntettel	391.88	93.75	1.50	1.13	0.75	19.25	14.88	0.80																	
					Kifli	625.05	149.53	4.95	1.26	0.27	28.71	1.08	0.49																	



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM
























1/21/2025 kedd		(00541) Szakiskola EGYMI Komló										
V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00			
	Főtt bécsi rudacska	572.66	137.00	6.50	12.50	3.85	0.00	0.00	1.05			
	Ketchup	134.18	32.10	0.36	0.12	0.02	7.20	6.30	0.54			
	Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04			
	Kukoricás kenyér	1 072.17	256.50	8.64	0.90	0.00	53.10	0.00	1.08			
	Összesen:	9 611.20	2 299.34	90.90	56.60	18.11	352.59	46.26	8.50			
1/22/2025 szerda		(00541) Szakiskola EGYMI Komló										
R	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33			
	Kockasajt (Sajtfalat)	377.82	90.39	3.36	7.35	4.71	4.44	2.55	0.36			
	Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00			
	Fehér kenyér	1 074.60	257.08	8.55	0.90	0.00	51.75	0.09	1.35			
T	Póréhagymás túrókrém	348.38	83.34	7.72	4.65	2.90	2.47	1.45	0.35			
	Fehér kenyér	716.40	171.39	5.70	0.60	0.00	34.50	0.06	0.90			
	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33			
E	Olasz zöldségleves	368.02	87.89	2.89	2.35	0.33	13.46	1.49	1.22			
	Hagymás sertésborda	1 041.88	249.25	22.04	14.73	3.63	6.82	0.00	1.39			
	Burgonyafőzelék	1 368.03	327.28	7.28	10.90	3.81	48.95	1.28	0.46			
	Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54			



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

1/22/2025 szerda	Szakiskola EGYMI Komló (00541)	U Szilvás muffin	1 029.74	246.35	3.15	11.70	5.34	31.82	15.20	0.26	  	
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		V Mákos nudli	3 322.48	794.85	20.45	21.38	3.53	129.54	29.97	1.49	 	
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
Összesen:			11 594.20	2 773.58	105.14	84.26	28.69	391.57	52.27	9.00		
1/23/2025 csütörtök	Szakiskola EGYMI Komló (00541)	R Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
		Magyaros vajkrém	246.40	58.95	0.80	4.00	0.00	0.64	0.00	0.00		
		Kukoricás kenyér	1 072.17	256.50	8.64	0.90	0.00	53.10	0.00	1.08		
		Paprika Kaliforniai	51.60	12.34	0.40	0.12	0.01	2.41	0.00	0.00		
		T Tejeskávé	629.19	150.52	6.95	3.03	1.63	23.58	11.99	0.27	 	
		Fatörzs kifli	781.66	187.00	4.20	6.75	2.50	26.80	6.10	0.50	  	
		E Karalábéleves	674.27	161.11	5.04	6.58	2.73	19.99	2.14	0.88	     	
		BBQ-sajtos tészta	3 195.91	764.57	50.96	29.06	7.48	71.63	11.35	2.46	    	
		U Füstölt ínyenc sonka	170.80	40.86	6.56	0.92	0.36	1.40	0.16	0.88		
		Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04		
		Uborka	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.01		
		Teljes kiőrlésű zsemle	459.80	110.00	3.75	0.65	0.15	20.65	0.25	0.60		
		V Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

1/23/2025 csütörtök	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	V	Liga margarin	75.24	18.00	0.04	2.00	0.60	0.04	0.04	0.08		
			Familia toast sonkás szelet	192.28	46.00	6.00	2.00	0.80	1.00	0.20	1.25		
			Paradicsom	36.62	8.76	0.40	0.08	0.02	1.60	0.00	0.01		
			Kukoricás kenyér	1 072.17	256.50	8.64	0.90	0.00	53.10	0.00	1.08		
			Összesen:	9 403.79	2 249.50	111.70	61.86	18.62	300.05	42.24	9.47		
1/24/2025 péntek	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
			Pizzás csiga	1 237.28	296.00	5.20	14.50	7.20	35.20	4.90	1.50		
		T	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
			Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.02	0.04		
			Jégcsap retek	24.36	5.83	0.48	0.04	0.00	0.88	0.00	0.06		
			Pick sajtos-snidlinges párizsi	372.86	89.20	4.40	7.60	3.12	0.80	0.16	0.84		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		E	Felesborsógulyás	1 428.10	341.65	23.92	10.49	2.45	37.37	0.45	1.29		
			Tejberizs kakaós szóráttal	2 845.82	680.51	16.24	7.00	3.54	136.79	60.54	0.93		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	7 417.90	1 774.31	65.36	46.22	19.02	268.99	76.24	5.54		



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM