











ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.01.27. - 2025.02.02.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
1/27/2025 hétfő	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Burgonyaleves (gluténmentes)	650.92	155.72	2.92	3.36	0.41	27.57	0.58	1.12	 	
		Aprópecsenye (gluténmentes)	902.83	215.99	21.42	12.82	3.43	3.42	0.35	1.00		
		Zöldbabfőzelék (gluténmentes)	1 166.68	279.11	7.93	13.88	4.37	29.23	1.39	0.88	 	
		Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
		Összesen:	3 232.48	773.32	33.72	31.61	8.41	83.72	3.47	3.85		
1/28/2025 kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Zöldséges zellerleves (gluténment.)	421.01	100.72	2.00	2.39	0.28	16.96	0.36	0.97	 	
		Borsos tokány (gluténmentes)	1 145.34	274.00	22.20	17.99	5.38	5.31	0.74	1.05		
		Párolt rizs (gluténmentes)	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
		Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		
		Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
		Összesen:	3 556.85	850.92	33.94	28.60	6.59	111.83	6.10	2.57		



ISKOLA ÉTTEREM

1/29/2025 szerda (00582) Szakiskola gluténmentes Komló		E	Zöldborsóleves (gluténmentes)	591.76	141.57	5.04	2.96	0.34	22.98	0.36	0.33		
			Halfilé bakonyi módra (gluténmentes)	1 170.66	280.06	19.56	17.46	5.35	9.65	2.07	0.82		
			Tészta köret (gluténmentes)	1 656.78	396.36	4.00	7.17	0.87	77.00	3.36	0.68		
			Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
			Összesen:	3 873.78	926.74	32.60	29.84	6.94	127.38	19.54	2.01		
1/30/2025 csütörtök (00582) Szakiskola gluténmentes Komló		E	Zöldségleves (gluténmentes)	387.07	92.60	1.80	2.66	0.31	14.90	0.34	0.36		
			Bácskai rizseshús	2 815.93	673.67	29.80	24.32	4.75	83.00	1.44	2.11		
			Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		
			Összesen:	3 357.66	803.27	32.30	27.08	5.06	106.10	7.98	3.22		



ISKOLA ÉTTEREM

1/31/2025 péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Sertésraguleves (gluténmentes)	951.52	227.64	17.06	10.51	2.47	15.40	0.05	0.42		
		Sült csirkecomb (gluténmentes)	748.57	179.08	21.05	9.89	1.84	1.26	0.00	0.43		
		Vitamin saláta	263.34	63.00	1.63	0.20	0.02	13.39	6.99	0.26		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Csokis-meggyes műzliszelet (glutén-és laktózmentes)	614.46	147.00	2.00	4.60	1.80	24.00	10.96	0.01		
		Petrezselymes burgonya	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		
		Összesen:	3 833.09	917.01	49.17	27.02	6.31	115.90	18.00	1.56		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!