



# ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.02.03. - 2025.02.09.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/3/2025 hétfő (00541) Szakiskola EGYMI Komló	<b>R</b> Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
	Tejfölös túró	362.20	86.65	8.24	5.15	3.27	1.63	1.63	0.56		
	Paprika	32.76	7.84	0.48	0.12	0.00	1.20	0.00	0.00		
	Kukoricás kenyér	1 072.17	256.50	8.64	0.90	0.00	53.10	0.00	1.08		
	<b>T</b> Tej	405.72	97.06	6.80	3.00	1.63	10.60	0.00	0.27		
	Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04		
	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		
	Csemege karaj	143.79	34.40	5.96	0.88	0.20	0.20	0.08	0.80		
	<b>E</b> Burgonyaleves	698.04	167.00	4.66	3.46	0.42	28.72	1.30	1.27		
	Natúr szelet	1 049.81	251.15	22.93	15.09	3.77	5.62	0.17	1.21		
	Tökfőzelék	1 209.73	289.41	7.02	13.90	3.65	33.58	0.96	1.11		
	Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
	Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
	<b>U</b> Kifli	625.05	149.53	4.95	1.26	0.27	28.71	1.08	0.49		
	Vaníliaízű puding kakaós öntettel	391.88	93.75	1.50	1.13	0.75	19.25	14.88	0.80		



# ISKOLA ÉTTEREM



# ISKOLA ÉTTEREM

2/3/2025 hétfő		(00541) Szakiskola EGYMI K	V	Lenmagos húspogácsa szelet	1 807.12	432.33	24.16	30.62	8.28	14.47	0.13	0.65		
				Joghurtos kukoricasaláta	1 619.36	387.39	14.41	9.83	14.30	63.74	2.24	2.17		
				Összesen:	10 947.68	2 619.05	120.66	88.81	37.36	329.61	32.91	11.59		
2/4/2025 kedd		(00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
				Csokoládés gabonagolyó	840.00	200.96	2.90	1.75	0.40	42.00	16.65	0.00		
				Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			T	Tejeskávé	629.19	150.52	6.95	3.03	1.63	23.58	11.99	0.27		
				Teljes kiőrl.kifli	503.69	120.50	3.70	1.80	0.85	21.00	1.30	0.60		
				Póréhagymás vajkrém	310.80	74.35	0.44	7.70	5.14	1.06	0.88	0.00		
			E	Zöldbableves	685.29	163.79	5.37	7.18	3.08	18.95	2.28	0.97		
				Zhaimi sertéscomb	1 275.51	305.14	23.03	20.49	6.80	6.81	1.60	1.32		
				Párolt rizs	1 600.14	382.81	7.36	7.72	0.90	70.49	0.65	0.40		
			U	Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
				Zabrudi (sárgabarackos)	514.14	123.00	1.60	4.20	2.60	19.00	7.80	0.00		
			V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00		
				Tonhalas pástétom	806.40	192.92	3.72	19.62	2.10	1.02	0.30	0.84		
				Póréhagyma	61.66	14.75	0.88	0.12	0.00	2.52	0.00	0.01		

















# ISKOLA ÉTTEREM

Év	Száma	Állomány	Ár	Érték	Átlag	Átlag	Átlag	Átlag	Átlag	Átlag	Átlag	Átlag	Átlag
2021/2022	00541	V	Kukoricás kenyér	1 072.17	256.50	8.64	0.90	0.00	53.10	0.00	1.08		
			Összesen:	9 571.57	2 289.69	75.19	78.84	25.54	314.14	53.44	5.89		
2022/2023	szerda (00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Tojáskrém	423.04	101.21	5.59	6.96	2.10	0.48	0.29	0.56		
			Fehér kenyér	1 074.60	257.08	8.55	0.90	0.00	51.75	0.09	1.35		
			Tej	507.15	121.33	8.50	3.75	2.04	13.25	0.00	0.33		
			Paprika Kaliforniai	51.60	12.34	0.40	0.12	0.01	2.41	0.00	0.00		
		T	Tej	405.72	97.06	6.80	3.00	1.63	10.60	0.00	0.27		
			Vajas ízű margarin	148.18	35.45	0.02	4.00	1.10	0.02	0.02	0.02		
			Fonott kalács	881.40	210.86	5.88	2.34	1.56	36.54	4.74	0.26		
		E	Zöldségleves kölesgombóccal	522.34	124.96	3.86	3.04	0.40	18.11	0.18	1.12		
			Bajor sült grillkolbász	780.47	186.72	11.85	19.02	5.94	0.26	0.09	1.51		
			Lencsefőzelék	1 803.62	431.49	23.90	12.20	3.11	55.99	1.23	0.25		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		U	Gouda sajt	597.41	142.92	9.98	10.98	6.15	0.89	0.00	0.82		
			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		
			Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04		





# ISKOLA ÉTTEREM

2/5/2025 szerda		(00541) Szakiskola EGYMI Komló										
V	Túrófelfújt	1 501.95	359.32	27.22	15.78	9.28	25.53	10.97	0.20	    		
	Gyümölcsöntet	267.68	64.04	0.72	0.10	0.00	14.22	5.99	0.01			
	Összesen:	10 384.77	2 484.40	125.18	85.33	33.98	292.83	23.91	7.89			
2/6/2025 csütörtök	(00541) Szakiskola EGYMI Komló	R	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
			Delma szendvics margarin	75.24	18.00	0.04	2.00	0.62	0.04	0.04	0.08	
			Füstölt sajt	541.31	129.50	15.20	8.80	5.45	0.10	0.10	0.75	
			Uborka	19.66	4.70	0.40	0.04	0.00	0.68	0.00	0.01	
			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	
			Petrezselymes margarin	150.73	36.06	0.08	4.00	1.20	0.09	0.08	0.16	
			Paradicsom	36.62	8.76	0.40	0.08	0.02	1.60	0.00	0.01	
			Kifli	625.05	149.53	4.95	1.26	0.27	28.71	1.08	0.49	 
		E	Gyümölcsleves	853.72	204.24	4.70	1.31	0.57	42.06	19.98	0.50	 
			Húsos hajdinakása	2 329.92	557.40	34.11	15.30	2.99	68.74	0.86	0.73	
			Tejföl	328.55	78.60	1.56	7.20	4.68	1.92	1.92	0.06	
		U	Pick sertés párizsi	346.10	82.80	4.80	6.80	2.80	0.56	0.16	0.88	
Liga margarin	37.62		9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04			





# ISKOLA ÉTTEREM


2/6/2025 csütörtök (00541) Szakiskola EGYMI Komló		U	Paprika	24.57	5.88	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00	
			Teljes kiőrlésű zsemle	459.80	110.00	3.75	0.65	0.15	20.65	0.25	0.60	
2/7/2025 péntek (00541) Szakiskola EGYMI Komló		V	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
			Delma szendvics margarin	75.24	18.00	0.04	2.00	0.62	0.04	0.04	0.08	
			Zala felvágott	403.37	96.50	6.50	7.50	2.70	0.75	0.10	0.83	
			Sörretek	23.60	5.65	0.44	0.04	0.01	1.05	0.00	0.02	
			Kukoricás kenyér	1 072.17	256.50	8.64	0.90	0.00	53.10	0.00	1.08	
			Összesen:	9 458.13	2 262.71	102.42	63.25	24.14	317.12	56.60	7.67	
		R	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
			Sváb füstölt sonka	211.09	50.50	8.20	1.15	0.45	1.75	0.20	1.10	
			Paradicsom	36.62	8.76	0.40	0.08	0.02	1.60	0.00	0.01	
			Teljes kiőrl.kifli	1 007.38	241.00	7.40	3.60	1.70	42.00	2.60	1.20	
		T	Tea	181.25	43.36	0.40	0.08	0.00	10.16	9.99	0.00	
			Kőrözött	349.51	83.61	7.62	4.63	2.90	2.67	1.45	0.36	
			Kukoricás kenyér	714.78	171.00	5.76	0.60	0.00	35.40	0.00	0.72	
		E	Korhelyleves sertéshússal lestyánnal	1 019.03	243.79	16.16	13.87	5.31	13.32	1.30	1.19	
			Burgonyás tészta	2 496.66	597.29	18.27	11.84	1.56	102.98	1.08	1.10	
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00	



# ISKOLA ÉTTEREM



# ISKOLA ÉTTEREM

2/7/2025 péntek (00541) Szakiskola ECVMILK	E	Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01			
		Fehér kenyér	238.80	57.13	1.90	0.20	0.00	11.50	0.02	0.30			
		Összesen:	6 641.78	1 588.94	67.51	36.63	11.94	240.94	28.53	6.99			

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



# ISKOLA ÉTTEREM