



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.02.17. - 2025.02.23.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
2/17/2025 hétfő	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E Tojásleves SZI.	365.66	87.48	3.25	5.36	0.87	6.46	0.00	0.55		0.00
		Aprópecsenye (sc) Szl. Komló	939.03	224.65	21.54	13.72	3.52	3.52	0.34	1.00		0.00
		Zöldborsófőzelék mir.SZI.	1 270.94	304.05	16.13	8.16	1.15	40.78	2.00	0.30		0.00
		Teljes kiörl.kenyér 0,50kg Rie	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		0.00
		Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		0.00
	Összesen:	3 399.54	813.29	47.36	28.92	5.90	87.52	2.52	2.39		0.00	
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E Happy Day Narancslé 1l 100%	384.56	92.00	1.40	0.80	0.16	19.00	18.80	0.02		0.00
		Hamburger SZI.	2 746.24	657.00	24.31	30.44	12.34	68.89	11.78	2.89		0.00
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		0.00
		Összesen:	3 276.21	783.79	26.11	31.64	12.50	94.89	30.58	2.92		0.00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2/18/2025 kedd												
(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Paradicsom leves SZI.	877.34	209.89	3.69	5.30	0.63	37.10	22.23	0.51		0.00
		Fűsz.cs.mell tejsz.márt.SZI.	955.95	228.70	28.47	9.99	3.96	5.92	0.00	1.02		0.00
		Tészta köret 4 toj.* SZI.	1 857.42	444.36	13.00	7.77	1.23	80.00	1.10	0.70		0.00
		Összesen:	3 690.71	882.95	45.16	23.06	5.82	123.02	23.33	2.23		0.00
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Paradicsom leves SZI.	877.34	209.89	3.69	5.30	0.63	37.10	22.23	0.51		0.00
		Songoku sertésszelet SZI.	1 609.24	384.99	32.06	23.63	7.61	10.92	2.12	1.52		0.00
		Burgonya petrezselymes SZI.	1 138.87	272.46	7.11	1.50	0.18	56.25	0.00	0.43		0.00
		Vegy. vágott savanyú 4100/2200	83.16	19.90	1.10	0.20	0.10	3.40	0.00	0.60		0.00
		Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		0.00
		Összesen:	3 865.39	924.75	44.52	30.87	8.52	115.51	24.35	3.06		0.00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2/19/2025 szerda												
(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Zöldségl.petr.zabgaluska SZI.	535.31	128.06	4.38	3.60	0.56	19.09	0.17	1.12		0.00
		Sertéspörkölt SZI.	1 113.11	266.29	23.86	16.46	4.03	5.28	0.86	0.62		0.00
		Burgonyafőzelék SZI.	1 368.03	327.28	7.28	10.90	3.81	48.95	1.28	0.46		0.00
		Teljes kiörl.kenyér 0,50kg Rie	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		0.00
		Összesen:	3 683.58	881.23	41.40	32.40	8.76	102.24	2.49	2.74		0.00
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Zöldségl.petr.zabgaluska SZI.	535.31	128.06	4.38	3.60	0.56	19.09	0.17	1.12		0.00
		Csmell must.gyöngyhagym.SZI.	1 328.30	317.77	32.12	16.54	5.62	9.86	1.09	0.66		0.00
		Barna rizs SZI.	1 600.14	381.32	7.36	7.72	0.90	70.49	0.65	0.30		0.00
		Céklasaláta 4250/2000 gr. 5/1,	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		0.00
		Összesen:	3 618.41	864.15	44.56	27.96	7.08	107.64	8.11	2.83		0.00



ISKOLA ÉTTEREM



ISKOLA ÉTTEREM

2/20/2025 csütörtök												
(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Karalábéleves mir. SZI.	674.27	161.11	5.04	6.58	2.73	19.99	2.14	0.88		0.00
		Borsos tokány (s.c.) SZI.	1 147.20	274.45	22.39	17.94	5.36	5.46	0.72	1.05		0.00
		Kuszkusz SZI.	1 812.67	433.65	11.20	10.63	1.15	58.50	0.03	0.82		0.00
		Céklasaláta 4250/2000 gr. 5/1,	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		0.00
		Összesen:	3 788.80	906.21	39.33	35.25	9.24	92.15	9.09	3.50		0.00
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Karalábéleves mir. SZI.	674.27	161.11	5.04	6.58	2.73	19.99	2.14	0.88		0.00
		Parad.tonhal tészta olivab.SZI	3 080.14	736.88	37.60	24.80	6.22	84.49	10.29	2.02		0.00
		Összesen:	3 754.41	897.99	42.64	31.38	8.95	104.48	12.43	2.90		0.00





ISKOLA ÉTTEREM

2/21/2025 péntek													
(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Lencsegulyás (sc.) SZI.	1 461.94	349.75	25.63	10.65	2.33	37.31	0.45	1.48		0.00	
		Fánk színes cukorkával 56 gr.F	2 031.82	486.08	6.50	28.00	14.56	50.40	17.92	1.34		0.00	
		Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		0.00	
		Összesen:	3 668.26	877.58	32.61	39.13	16.89	96.11	18.37	2.83		0.00	
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Mákos guba SZI.	2 068.21	494.78	17.01	16.03	4.87	69.17	19.19	0.83		0.00	
		Vaníliásodó Komló SZI.	603.34	144.34	4.77	2.54	1.34	25.43	12.01	0.19		0.00	
		Lencsegulyás (sc.) SZI.	1 461.94	349.75	25.63	10.65	2.33	37.31	0.45	1.48		0.00	
		Összesen:	4 133.49	988.87	47.41	29.22	8.54	131.91	31.65	2.50		0.00	

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!



ISKOLA ÉTTEREM