















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	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Tojásleves (gluténmentes)	360.44	86.23	2.71	5.52	0.93	6.02	0.04	1.04	 	
		Aprópecsenye (gluténmentes)	902.83	215.99	21.42	12.82	3.43	3.42	0.35	1.00		
		Zöldborsófőzelék (gluténmentes)	1 401.29	335.24	16.50	9.51	1.39	44.39	3.09	0.21	 	
		Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
		Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
		Összesen:	3 333.39	797.47	42.64	29.64	5.95	85.17	4.63	3.10		
2/18/2025 kedd	(00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Paradicsom leves (gluténmentes)	789.55	188.89	1.71	5.15	0.63	33.79	20.67	0.85	 	
		Csirke mell pörkölt (gluténmentes)	842.00	201.44	25.46	8.55	1.10	5.34	0.86	1.16		
		Tészta köret (gluténmentes)	1 656.78	396.36	4.00	7.17	0.87	77.00	3.36	0.68		
		Káposzta saláta	250.08	59.83	1.98	0.28	0.03	11.97	5.00	0.24		
		Összesen:	3 538.41	846.52	33.15	21.15	2.63	128.10	29.89	2.93		



ISKOLA ÉTTEREM

2/19/2025 szerda	Szakiskola gluténmentes Komló (00582)	E	Burgonyafőzelék (gluténmentes)	1 325.48	317.10	6.51	10.20	3.79	48.32	1.34	1.24	 	
			Húspogácsa szelet (gluténmentes)	1 264.96	302.62	14.97	21.18	7.07	10.49	0.37	0.63		
			Zöldséges karfiolleves (gluténmentes)	427.70	102.32	2.44	2.90	0.36	16.08	0.36	0.30		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
	Összesen:	3 686.97	882.05	25.93	36.07	11.42	106.23	3.22	3.02				
2/20/2025 csütörtök	Szakiskola gluténmentes Komló (00582)	E	Zöldséges karalábéleves (gluténment.)	482.85	115.52	2.36	3.31	0.41	18.45	0.37	0.35		
			Borsos tokány (gluténmentes)	1 145.34	274.00	22.20	17.99	5.38	5.31	0.74	1.05		
			Céklasaláta	154.66	37.00	0.70	0.10	0.00	8.20	6.20	0.75		
			Tészta köret (gluténmentes)	1 656.78	396.36	4.00	7.17	0.87	77.00	3.36	0.68		
	Összesen:	3 439.63	822.88	29.26	28.57	6.66	108.96	10.67	2.83				



ISKOLA ÉTTEREM

2/21/2025 péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Lencsegulyás (gluténment.)	1 441.41	344.83	24.52	10.71	2.34	36.74	0.66	1.48		
		Flekkén szelet (gluténmentes)	1 059.97	253.58	23.03	15.47	3.91	5.01	0.24	1.21		
		Párolt rizs (gluténmentes)	1 583.64	378.86	7.20	7.70	0.90	69.75	0.00	0.31		
		Uborka saláta	176.63	42.26	1.49	0.14	0.00	8.70	5.99	0.05		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	4 377.98	1 047.36	56.56	34.34	7.15	125.80	6.89	3.06		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!