











ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2025.02.24. - 2025.03.02.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/24/2025 hétfő (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Kertészleves (gluténmentes)	369.75	88.46	3.26	1.93	0.22	14.19	0.34	1.07		
	Mustáros kakukkfűves sertéskaraj (gluténment.)	1 038.95	248.55	21.69	15.13	3.71	5.84	0.43	1.20	 	
	Tört burgonya	979.87	234.42	6.25	0.50	0.06	50.00	0.00	0.62		
	Banán	658.16	157.45	1.95	0.15	0.00	36.30	0.00	0.08		
	Összesen:		3 046.73	728.88	33.15	17.71	3.99	106.33	0.77	2.97	
2/25/2025 kedd (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E Tarhonyaleves (gluténment.)	412.32	98.64	1.58	3.14	0.37	15.60	0.62	0.97		
	Sült csirkemell (gluténmentes)	649.00	155.26	27.31	4.12	0.64	1.99	0.28	1.19		
	Felesborsófőzelék (gluténmentes)	1 399.86	334.89	16.47	5.54	0.82	53.41	0.13	1.01		
	Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
	Összesen:		2 973.23	711.29	46.81	14.35	2.03	94.50	2.18	4.02	



ISKOLA ÉTTEREM

2/26/2025 szerda (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Zellerkrémleves (gluténmentes)	542.61	129.81	3.45	6.00	1.03	14.39	0.06	0.42	  	
			Lecsós ragu (gluténmentes)	952.19	227.80	21.92	12.03	3.34	7.46	1.46	1.31		
			Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.15	0.00		
			Tészta köret (gluténmentes)	1 656.78	396.36	4.00	7.17	0.87	77.00	3.36	0.68		
			Összesen:	3 544.08	847.87	30.48	29.52	9.14	110.28	14.03	2.41		
2/27/2025 csütörtök (00582)	Szakiskola gluténmentes Komló	E	Rántott sertésborda (gluténmentes)	1 686.47	403.46	28.60	20.17	5.03	18.26	0.07	0.60	  	
			Sárgarépás rizs	1 672.52	400.12	7.58	8.69	1.01	72.34	0.00	1.26		
			Csemege uborka	60.00	14.35	0.60	0.10	0.00	2.40	1.90	1.00		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Összesen:	3 803.55	909.93	37.28	29.46	6.04	115.00	21.97	2.87		



ISKOLA ÉTTEREM

2/28/2025 péntek (00582) Szakiskola gluténmentes Komló	E	Tárkonyos harcsaraguleves (gluténment.)	842.33	201.51	13.60	6.45	0.62	21.48	0.37	1.25	
		Mákos metélt (gluténmentes)	2 694.00	644.50	9.13	18.58	3.59	107.95	28.34	0.40	
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01	
		Összesen:	3 652.66	873.84	23.05	25.35	4.21	135.03	28.71	1.66	

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!