



ISKOLA ÉTTEREM

Tételes étlap 2024.05.13. - 2024.05.19.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2024. 05. 13. hétfő	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E Csontleves cérnametéllyel	370,43	88,62	3,70	2,03	0,03	13,69	0,83	1,80		
		Znaimi sertésborda	1 275,26	305,09	23,03	20,49	6,80	6,81	1,60	1,32		
		Petrezselymes burgonya	1 138,87	272,46	7,11	1,50	0,18	56,25	0,00	0,43		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
		Összesen:	3 451,69	825,77	39,72	25,46	7,37	105,67	2,61	4,09		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E Csontleves cérnametéllyel	370,43	88,62	3,70	2,03	0,03	13,69	0,83	1,80		
		Gyuvetsaki (csirkés-tésztás paradicsomos rakott)	2 838,31	679,02	49,30	19,27	6,84	76,41	0,88	1,37		
		Banán	438,77	104,96	1,30	0,10	0,00	24,20	0,00	0,05		
		Összesen:	3 647,51	872,60	54,30	21,40	6,87	114,30	1,71	3,22		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 14. kedd	(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Fokhagymakrém leves	680,69	162,85	5,02	7,71	2,79	18,14	1,88	1,42		
			Görög csirke paradicsomszószban	1 098,18	262,72	24,47	14,15	2,39	7,29	1,13	0,49		
			Tészta köret	1 857,42	444,36	13,00	7,77	1,23	80,00	1,10	0,70		
			Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
			Összesen:	3 987,31	953,91	43,53	29,71	6,41	124,79	4,11	2,65		
	(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Fokhagymakrém leves	680,69	162,85	5,02	7,71	2,79	18,14	1,88	1,42		
			Marhapörkölt	1 118,82	267,66	19,75	13,73	1,35	5,04	0,22	1,22		
			Galuska	1 931,77	462,15	11,25	9,43	1,35	82,50	1,25	0,63		
			Káposzta saláta	250,08	59,83	1,98	0,28	0,03	11,97	5,00	0,24		
		Összesen:	3 981,36	952,49	38,00	31,15	5,52	117,65	8,35	3,51			



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 15. szerda												
(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Zöldséges reszelttészta leves	408,02	97,61	2,98	2,51	0,32	15,52	0,16	1,31		
		Sertéspörkölt	1 105,29	264,42	23,85	16,44	4,02	4,88	0,22	0,54		
		Felesborsófőzelék	1 262,52	302,04	16,87	4,96	0,64	47,12	0,00	1,00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667,13	159,60	5,88	1,44	0,36	28,92	0,18	0,54		
		Összesen:	3 442,96	823,67	49,58	25,35	5,34	96,44	0,56	3,39		
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Zöldséges reszelttészta leves	408,02	97,61	2,98	2,51	0,32	15,52	0,16	1,31		
		Harcaszelet sült retekkel	856,93	205,01	19,83	10,44	1,95	6,51	0,03	0,78		
		Borsos pirított burgonya	1 241,40	296,99	6,27	7,51	3,36	50,17	0,04	0,54		
		Céklasaláta	154,66	37,00	0,70	0,10	0,00	8,20	6,20	0,75		
		Őszibarack befőtt	271,20	64,88	0,54	0,04	0,01	17,46	15,90	0,00		
		Összesen:	2 932,21	701,49	30,32	20,60	5,64	97,86	22,33	3,38		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 16. csütörtök												
(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Gyümölcsleves	853,72	204,24	4,70	1,31	0,57	42,06	19,98	0,50		
		Fűszeres csirkecombfilé	856,24	204,84	22,47	11,94	2,00	0,10	0,00	0,67		
		Sárgarépás rizs	1 689,02	404,07	7,74	8,71	1,02	73,09	0,65	1,15		
		Görög saláta	692,20	165,60	4,46	11,25	2,55	14,29	0,00	1,09		
		Összesen:	4 091,18	978,75	39,37	33,21	6,14	129,54	20,63	3,41		
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Orjaleves petrezselymes galuskával	583,59	139,61	5,48	2,26	0,14	24,24	0,83	0,62		
		Eszterházy csirketokány	747,63	178,86	21,19	7,29	2,21	6,85	2,44	1,03		
		Spagetti	1 655,16	395,97	13,50	8,63	1,19	65,61	0,00	0,88		
		Összesen:	2 986,38	714,44	40,17	18,18	3,54	96,70	3,27	2,53		



ISKOLA ÉTTEREM

2024. 05. 17. péntek												
(00545) Gimnázium Komló (A-menü)	E	Májgaluska leves	1 035,97	247,84	18,30	7,89	1,57	25,25	0,42	0,52		
		Császármorzsa	2 753,37	658,70	17,52	23,55	5,76	92,91	2,25	1,20		
		Gyümölcsöntet	267,68	64,04	0,72	0,10	0,00	14,22	5,99	0,01		
		Összesen:	4 057,02	970,58	36,54	31,54	7,33	132,38	8,66	1,73		
(00625) B menü (Gimi-szakiskola)	E	Májgaluska leves	1 035,97	247,84	18,30	7,89	1,57	25,25	0,42	0,52		
		Túrós palacsinta	1 933,45	462,55	21,59	17,65	9,36	53,15	24,45	1,28		
		Alma	145,41	34,79	0,40	0,40	0,00	7,00	0,00	0,01		
		Összesen:	3 114,83	745,18	40,29	25,94	10,93	85,40	24,87	1,81		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!