

Tételes étlap 2026.10.19. - 2026.10.25.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/19/2026 hétfő	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Zöldséges reszelttészta leves	343.88	82.27	2.51	1.89	0.24	13.60	0.00	1.29		
			Zöldséges hal	793.98	189.95	16.22	9.26	1.60	9.06	0.00	0.52		
			Jázmin rizs	1 399.27	334.75	5.92	7.30	0.90	60.80	0.10	0.20		
			Céklasaláta	123.73	29.60	0.56	0.08	0.00	6.56	4.96	0.60		
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
			Összesen:	3 034.55	725.97	26.35	21.68	5.53	104.03	13.76	2.62		
10/20/2026 kedd	(00537) Felső tejmentes Komló	E	Daragaluskaleves	522.44	124.99	2.54	6.11	0.73	14.70	0.00	0.91		
			Húsos tészta (TEJMENTES)	2 414.96	577.74	23.45	24.99	6.45	63.65	3.14	1.08		
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	3 114.48	745.09	26.31	31.34	7.18	87.95	3.14	1.99		

10/21/2026 szerda (00537)	Felső tejmentes Komló	E	Zöldséges karfiollevés	357.92	85.63	3.08	2.40	0.29	12.77	0.00	0.28	4	1	
			Magyaros burgonyafőzelék	980.83	234.65	5.59	4.21	0.47	42.64	0.00	1.00	1	1	
			Sertéspörkölt	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.34	0.54			
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54	1	1	
			Összesen:	2 934.50	702.04	34.08	21.94	4.46	88.75	0.52	2.36			
10/22/2026 csütörtök (00537)	Felső tejmentes Komló	E	Bableves	915.78	219.09	8.79	7.12	0.85	29.61	0.14	1.33	4	1	
			Csirkemell zöldséges bulgarral	1 730.34	380.09	33.18	5.72	0.82	60.98	0.27	2.37	1	1	
			Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01			
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01			
			Összesen:	3 435.12	787.94	43.19	13.70	1.67	134.31	20.41	3.72			

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!