

Tételes étlap 2025.09.01. - 2025.09.07.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/1/2025 hétfő	(00535) Felsős Komló	E	Joghurtos fejtett bableves	708.77	169.56	6.93	4.63	0.77	24.56	0.18	1.19		
			Spagetti Carbonara	2 171.80	519.57	22.02	19.12	8.57	64.54	0.89	1.44		
			Összesen:	2 880.57	689.13	28.95	23.75	9.34	89.10	1.07	2.63		
9/2/2025 kedd	(00535) Felsős Komló	E	Kertészleves	313.97	74.96	3.31	1.50	0.22	11.74	0.52	0.90		
			Lecsós ragu	853.83	204.27	19.77	11.13	3.03	5.93	0.51	1.21		
			Bulgur	1 355.30	324.23	9.83	6.63	0.82	60.70	0.00	0.23		
			Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01		
			Összesen:	2 927.54	700.22	33.63	19.62	4.07	100.09	1.03	2.35		
9/3/2025 szerda	(00535) Felsős Komló	E	Zöldséges reszelttészta leves	349.39	83.59	2.58	1.91	0.24	13.79	0.14	1.29		
			Znaimi sertéscomb	1 121.52	268.31	20.59	18.13	6.01	5.33	1.55	1.24		
			Petrezselymes burgonya	1 012.50	242.22	6.33	1.25	0.15	50.18	0.00	0.42		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	3 039.35	727.12	34.40	22.49	6.70	93.40	1.84	3.40		
9/4/2025 csütörtök	(00535) Felsős Komló	E	Zöldborsókrémleves	819.19	195.98	8.16	7.87	2.27	22.78	0.67	0.44		
			Pirított napraforgómag	170.57	40.81	1.57	3.43	0.00	0.86	0.00	0.00		
			Mustáros sült csirkecombfilé	951.46	227.62	19.98	12.74	2.22	6.26	1.31	0.62		

11/4/2021	(00535)	E	Sárgarépás rizs	1 348.62	322.64	5.98	7.70	0.90	56.88	0.22	0.48		
			Összesen:	3 289.84	787.05	35.69	31.74	5.39	86.78	2.20	1.54		
9/5/2025	(00535)	E	Rozmaringos csirkeraguleves	669.05	160.06	16.54	4.02	0.57	14.06	0.44	0.52		
péntek	Felső Komló		Ízes Derelye	2 676.38	640.28	17.38	9.04	0.68	118.50	15.69	0.27		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 461.76	828.17	34.24	13.38	1.25	138.16	16.13	0.80		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!