

Tételes étlap 2025.09.15. - 2025.09.21.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
9/15/2025 hétfő	(00537)	Felsős tejmentes Komló	E	Zöldségleves	301.47	71.99	1.99	2.23	0.30	10.66	0.07	0.30		
				Sertésült csíkok	922.68	220.74	19.82	12.97	3.24	5.89	0.20	1.26		
				Paradicsommártás, Főtt burgonya	1 367.89	327.25	6.87	5.25	0.57	60.95	19.79	0.26		
				Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
				Összesen:	3 147.98	752.98	33.58	21.65	4.41	101.60	20.21	2.27		
9/16/2025 kedd	(00537)	Felsős tejmentes Komló	E	Brokkolikrémleves (TEJMENTES)	411.90	98.54	3.54	3.35	0.35	13.47	0.99	0.22		
				Baconos csirkés penne (tejmentes)	1 874.75	448.51	28.40	9.00	2.04	63.75	0.59	1.17		
				Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01		
				Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
				Összesen:	2 936.83	702.59	32.92	13.21	2.39	113.62	21.58	1.41		
9/17/2025 szerda	(00537)	Felsős tejmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves	280.14	67.02	1.80	1.10	0.13	12.24	0.00	0.91		
				Magyaros zöldbabfőzelék	764.54	182.90	6.07	7.19	0.74	23.02	0.00	0.79		
				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		

17/202	(00537)	E	Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
			Összesen:	3 014.12	721.08	34.42	26.77	7.36	82.61	9.22	2.79		
9/18/2025	(00537)	E	Rántott csirkemell (TEJMENTES)	1 226.90	293.52	28.52	10.27	1.38	21.16	0.64	1.15		
csütörtök	Felső tejmentes Komló		Petrezselymes burgonya	1 012.50	242.22	6.33	1.25	0.15	50.18	0.00	0.42		
			Almalé (100%)	384.56	92.00	0.80	0.80	0.18	22.00	20.00	0.02		
			Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Összesen:	3 009.00	719.85	36.73	12.70	1.71	113.36	22.16	2.40		
9/19/2025	(00537)	E	Felesborsógulyás	1 139.95	272.72	19.20	8.53	2.01	29.36	0.14	1.04		
péntek	Felső tejmentes Komló		Tejberizs kakaós szóráttal (TEJMENTES)	2 012.61	481.48	5.60	2.80	0.61	107.73	48.58	0.47		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 268.89	782.03	25.12	11.65	2.62	142.69	48.72	1.52		

.....
 Üzletvezető

.....
 Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!