

Tételes étlap 2025.09.22. - 2025.09.28.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
9/22/2025 hétfő	(00622)	Felsős diab.-gluténmentes Komló	E	Lebbencsleves (diab-gluténment.)	328.82	78.67	1.26	4.18	1.06	8.74	0.17	0.91		
				Vagdalt szelet (tej-gluténmentes)	1 033.08	247.15	11.36	17.66	5.50	8.68	0.28	1.01		
				Tökfőzelék (gluténmentes)	1 041.41	249.14	4.35	11.81	3.19	29.80	1.23	1.09	 	
				Összesen:	2 403.31	574.96	16.97	33.65	9.75	47.22	1.68	3.01		
9/23/2025 kedd	(00622)	Felsős diab.-gluténmentes Komló	E	Párolt rizs (diab.-gluténmentes)	789.60	188.90	3.20	5.69	0.66	31.00	0.00	0.20		
				Halpaprikás (tej-gluténmentes)	680.11	162.70	14.28	9.21	1.62	4.50	0.28	0.54	 	
				Lencseleves (gluténmentes)	612.36	146.50	6.36	4.37	0.47	19.99	0.24	0.94		
				Összesen:	2 082.07	498.10	23.84	19.27	2.75	55.49	0.52	1.68		

9/24/2025	szerda	(00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló												
				E	Zellerkrémleves (diab-gluténmentes)	390.08	93.32	2.78	3.85	0.71	11.01	0.04	0.39		
					Serpenyősburgonya virslivel (gluténment.)	1 572.78	376.26	14.20	17.80	6.65	38.84	0.42	2.08		
					Uborka saláta (diab.)	51.41	12.30	1.01	0.10	0.00	1.83	5.00	0.13		

9/25/2025 csütörtök (00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Paradicsom leves (gluténmentes)	382.76	91.57	1.52	4.10	0.49	10.94	18.37	0.83	 	
			Kukoricás rizs (diab-gluténmentes)	969.17	231.86	4.54	6.02	0.71	39.60	0.00	0.79		
			Káposzta saláta (diab.)	62.43	14.93	0.74	0.10	0.01	2.62	2.00	0.11		
			Majorannás csirkecomb (gluténmentes)	700.80	167.66	20.94	8.93	1.73	0.69	0.00	0.93		
			Összesen:	2 115.16	506.02	27.74	19.15	2.94	53.85	20.37	2.66		
9/26/2025 péntek (00622)	Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Gulyásleves (gluténmentes)	732.08	175.14	11.78	8.70	2.02	11.98	0.30	0.84		
			Mákos metélt (diab.-gluténmentes)	1 299.30	310.84	5.90	13.93	2.74	39.43	21.51	0.29		
			Összesen:	2 031.38	485.98	17.68	22.63	4.76	51.41	21.81	1.13		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!