



Tételes étlap 2025.11.10. - 2025.11.16.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/10/2025 hétfő	(00535) Felsős Komló	E	Daragaluskaleves	534.70	127.92	2.68	6.14	0.73	15.16	0.08	0.53		
			Sertéspörkölt	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.34	0.54		
			Burgonyafőzelék	1 203.85	288.00	6.27	9.64	3.02	43.09	1.29	0.44		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	3 223.11	771.08	33.38	30.87	7.39	86.77	1.86	1.96		
11/11/2025 kedd	(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		
			Savanyú vetreце	942.37	225.45	20.55	12.54	4.94	7.16	2.94	0.53		
			Tészta köret	1 492.95	357.17	10.40	6.40	1.01	64.00	0.08	0.56		
			Összesen:	3 425.08	819.41	40.68	30.24	8.22	94.80	3.69	1.53		
11/12/2025 szerda	(00535) Felsős Komló	E	Csontleves	330.86	79.15	3.26	1.56	0.06	12.82	0.78	0.55		
			Fehérbabfőzelék	1 445.77	345.88	17.77	8.54	2.61	49.11	1.11	0.44		
			Pirított baconos sertésborda	1 005.52	240.55	20.25	14.96	4.24	6.00	0.43	0.70		
			Teljes kiőrlésű kenyér	611.53	146.30	5.39	1.32	0.33	26.51	0.17	0.50		
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
			Összesen:	3 550.46	849.39	47.23	26.62	7.24	102.28	2.49	2.19		





11/13/2025 csütörtök	(00535) Felső Komló	E	Paradicsom leves	790.53	189.12	3.62	4.31	0.50	32.97	19.18	0.31	  	
			Karamellizált hagymás csirkemell	945.66	226.23	25.26	11.18	5.90	6.09	1.57	0.74	 	
			Párolt rizs	1 453.78	347.80	6.50	7.68	0.90	62.73	0.44	0.26	      	
			Céklasaláta	123.73	29.60	0.56	0.08	0.00	6.56	4.96	0.60		
			Összesen:	3 313.70	792.75	35.94	23.25	7.30	108.35	26.15	1.91		
11/14/2025 péntek	(00535) Felső Komló	E	Korhelyleves sertéshússal lestyánnal	837.03	200.25	13.31	11.52	4.45	10.59	1.42	0.98	       	
			Gyűrűs fánk csokoládés bevonattal	2 006.40	480.00	7.00	28.00	14.20	50.00	16.80	1.40	       	
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Fehér kenyér	238.80	57.13	1.90	0.20	0.00	11.50	0.02	0.30		
			Összesen:	3 259.31	779.74	22.53	39.96	18.65	81.69	18.24	2.68		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!

