

Tételes étlap 2026.01.05. - 2026.01.11.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
1/5/2026 hétfő	(00641)	E	Zöldséges rizsleves	280.14	67.02	1.80	1.10	0.13	12.24	0.00	0.91		
			Sertésült csíkok	922.68	220.74	19.82	12.97	3.24	5.89	0.20	1.26		
			Paradicsomos káposzta	1 328.49	317.82	6.97	8.22	0.89	51.62	28.38	0.91		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
				Összesen:	3 087.25	738.58	33.49	23.49	4.56	93.85	28.73	3.53	
1/6/2026 kedd	(00641)	E	Zellerkrémleves (TEJMENTES)	436.92	104.53	2.26	3.43	0.35	15.65	0.99	0.93		
			Vadas tokány (TEJMENTES)	935.75	223.86	19.93	12.52	3.33	7.39	1.53	1.14		
			Tészta köret (tojásmentes)	1 332.44	318.77	3.20	5.92	0.72	61.60	2.69	0.74		
			Almapüré	221.54	53.00	0.30	0.00	0.00	12.00	12.00	0.00		
				Összesen:	2 926.65	700.16	25.69	21.87	4.40	96.64	17.21	2.81	

1/7/2026 szerda (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Köménymaglevés	575.23	137.61	1.94	4.04	0.46	21.78	0.81	0.69		
			Csirkemell pörkölt	744.54	178.12	22.86	7.50	0.97	4.51	0.34	1.02		
			Magyaros burgonyafőzelék	980.83	234.65	5.59	4.21	0.47	42.64	0.00	1.00		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	3 033.62	725.74	35.61	17.19	2.20	102.63	1.30	3.16		
1/8/2026 csütörtök (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Almalé (100%)	480.70	115.00	1.00	1.00	0.23	27.50	25.00	0.03		
			Tavaszi rizseshús	2 155.96	515.78	25.24	15.23	3.31	68.74	0.00	1.81		
			Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		
			Őszibarack befőtt	226.00	54.07	0.45	0.03	0.01	14.55	21.20	0.00		
			Összesen:	2 910.66	696.33	27.17	16.34	3.55	112.71	47.72	2.64		

1/9/2026 péntek (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Babgulyás (tojásmentes)	1 234.59	295.36	18.66	11.13	2.26	29.60	0.37	1.43		
			Szilváslepény (TEJ-TOJÁSMENTES)	2 892.15	691.90	14.11	20.33	2.16	111.95	20.30	0.22		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	4 243.07	1 015.09	33.09	31.78	4.42	147.15	20.67	1.66		
1/10/2026 szombat (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves (tojásmentes)	345.21	82.59	2.20	2.25	0.26	13.10	0.27	0.28		
			Flekkén szelet	893.43	213.74	19.59	12.94	3.23	4.46	0.16	0.88		
			Hagymás törtburgonya	1 251.58	299.42	6.69	6.11	0.70	53.07	0.00	0.23		
			Céklasaláta	123.73	29.60	0.56	0.08	0.00	6.56	4.96	0.60		
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Összesen:	2 950.99	705.98	29.64	21.68	4.19	95.29	5.39	2.00		

.....

.....

Üzletvezető

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!