

Tételes étlap 2026.01.12. - 2026.01.18.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
1/12/2026 hétfő	(00537)	E	Csontleves	290.94	69.60	2.84	1.49	0.02	11.04	0.00	0.30		
			Erdei gyümölcs mártás (tejmentes)	1 105.55	264.49	2.57	9.95	1.12	40.73	19.64	0.30		
			Főtt hús	598.91	143.28	18.90	7.29	2.60	0.36	0.00	0.98		
			Piritott dara	889.84	212.88	4.70	5.14	0.53	36.70	0.00	0.30		
			Összesen:	2 885.24	690.25	29.01	23.87	4.27	88.83	19.64	1.88		
1/13/2026 kedd	(00537)	E	Paradicsom leves	743.00	177.75	3.38	4.28	0.50	30.44	18.19	0.90		
			Sült csirkemell	611.58	146.31	22.41	5.56	0.75	1.44	0.16	0.96		
			Kukoricás rizs	1 470.87	351.88	7.62	8.57	1.02	60.66	0.00	0.80		
			Céklasaláta	123.73	29.60	0.56	0.08	0.00	6.56	4.96	0.60		
			Összesen:	2 949.18	705.54	33.97	18.49	2.27	99.10	23.31	3.26		
1/14/2026 szerda	(00537)	E	Tarhonyaleves	340.10	81.36	2.15	2.28	0.23	12.61	0.07	0.92		
			Magyaros zöldborsófőzelék	993.05	237.57	12.13	6.35	0.63	32.37	1.70	0.23		
			Párolt sertésszelet	826.54	197.74	19.37	11.99	3.13	2.83	0.13	0.83		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		

1/14/202		(	E	Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01			
		)		Összesen:	2 936.98	702.62	38.95	22.12	4.29	83.91	2.05	2.44			
1/15/2026	csütörtök	(00537)	Felsős tejmentes Komló	E	Lencseleves (tejmentes)	849.00	203.11	10.12	4.62	0.48	29.92	0.14	0.95	 	
					Rántott hal (tejmentes)	1 270.77	304.01	17.93	15.15	2.41	22.57	1.30	0.90	  	
					Tört burgonya	979.87	234.42	6.25	0.50	0.06	50.00	0.00	0.62		
					Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		
					Összesen:	3 147.64	753.02	34.78	20.35	2.95	104.41	2.96	3.27		
1/16/2026	péntek	(00537)	Felsős tejmentes Komló	E	Sertésraguleves	752.59	180.04	14.57	7.55	1.88	13.10	0.00	0.38	  	
					Almás pite	2 740.87	655.71	11.28	19.39	8.48	108.99	31.55	0.59	 	
					Összesen:	3 493.46	835.75	25.85	26.94	10.36	122.09	31.55	0.97		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!