

Tételes étlap 2026.01.19. - 2026.01.25.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
1/19/2026 hétfő	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldségleves	236.33	56.54	1.05	1.59	0.19	9.25	0.20	0.30		
			Chilis bab (gluténmentes)	1 784.57	426.93	26.16	13.92	2.65	48.43	0.04	0.73		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	2 532.95	605.97	28.66	17.06	3.04	81.18	1.39	1.88		
1/20/2026 kedd	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Tojásleves	286.87	68.63	2.07	4.07	0.70	5.53	0.04	0.63	 	
			Grill csirkecomb (gluténmentes)	476.19	113.92	16.73	4.94	1.14	0.48	0.00	0.98		
			Rizi-bizi	1 373.00	328.47	7.74	6.83	0.78	58.55	0.00	0.80		
			Vitamin saláta	180.17	43.10	1.06	0.13	0.01	9.23	5.00	0.24		
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
			Összesen:	2 537.58	607.07	28.00	16.27	2.63	85.79	5.04	2.66		

1/21/2026 szerda (00532)	E	Olasz zöldségleves	232.79	55.69	1.33	1.34	0.16	9.27	0.52	0.69		
			952.95	227.98	17.95	15.45	5.11	3.88	1.26	0.97	  	
			922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
			218.12	52.18	0.60	0.60	0.00	10.50	0.00	0.02		
			Összesen:	2 326.68	556.62	25.70	18.32	5.38	69.80	1.78	2.10	
1/22/2026 csütörtök (00532)	E	Zöldséges karalábéleves	314.52	75.24	1.55	1.76	0.23	12.84	0.26	0.30		
		Tarhonyás hús (GLUTÉNMENTES)	1 889.73	452.09	20.08	15.11	3.33	57.32	2.62	0.82		
		Céklasaláta	108.26	25.90	0.49	0.07	0.00	5.74	4.34	0.53		
		Almapüré	221.54	53.00	0.30	0.00	0.00	12.00	12.00	0.00		
		Összesen:	2 534.05	606.23	22.42	16.94	3.56	87.90	19.22	1.65		

1/23/2026 péntek (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Gulyásleves	713.02	170.58	10.41	6.32	1.51	17.46	0.37	1.01		
		Sertéssült	790.86	189.20	17.18	11.28	2.88	4.32	0.19	0.84		
		Sárgarépás rizs	1 292.63	309.24	5.84	6.75	0.79	55.87	0.00	1.03		
		Uborka saláta	99.16	23.72	0.80	0.08	0.00	4.94	3.50	0.12		
		Összesen:	2 895.67	692.74	34.23	24.43	5.18	82.59	4.06	3.00		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!