

Tételes étlap 2026.02.02. - 2026.02.08.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/2/2026 hétfő	(00535) Felső Komló	E	Burgonyaleves	573.30	137.15	3.73	2.86	0.35	23.64	0.74	1.18		
			Hagymás sertésborda	917.76	219.56	19.76	12.96	3.23	5.70	0.00	1.18		
			Tökfőzelék	952.44	227.86	5.42	11.16	2.96	26.03	1.08	1.08		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
			Összesen:	3 350.46	801.55	34.85	28.26	6.84	98.83	1.97	3.93		
2/3/2026 kedd	(00535) Felső Komló	E	Zöldbableves	579.22	138.42	4.68	5.59	2.59	16.93	2.02	0.90		
			Zürichi sertéstokány	1 127.33	269.70	21.49	18.60	7.05	3.86	0.01	1.00		
			Párolt rizs	1 453.78	347.80	6.50	7.68	0.90	62.73	0.44	0.26		
			Összesen:	3 160.33	755.92	32.67	31.87	10.54	83.52	2.47	2.16		
2/4/2026 szerda	(00535) Felső Komló	E	Zöldségleves kölesgombóccal	431.12	103.14	3.16	2.67	0.36	14.66	0.34	0.91		
			Bajor sült grillkolbász	780.47	186.72	11.85	19.02	5.94	0.26	0.09	1.51		
			Fehérbabfőzelék	1 445.77	345.88	17.77	8.54	2.61	49.11	1.11	0.44		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	3 213.30	768.74	37.68	31.43	9.21	88.13	1.69	3.31		

2/5/2026 csütörtök (00535) Felső Komló	E	Zöldségkrémleves	405.57	97.03	2.85	3.46	0.58	13.36	0.09	0.95		
		Pirított napraforgómag	170.57	40.81	1.57	3.43	0.00	0.86	0.00	0.00		
		Tarhonyás hús	2 444.50	584.81	34.10	19.12	4.61	68.25	0.42	0.75		
		Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		
		Összesen:	3 068.64	734.13	39.00	26.09	5.19	84.39	2.03	2.50		
2/6/2026 péntek (00535) Felső Komló	E	Korhelyleves sertéshússal lestyánnal	837.03	200.25	13.31	11.52	4.45	10.59	1.42	0.98		
		Szilvatöltelékes gombóc fahéjas porcukorral	2 287.04	547.14	10.57	7.35	1.23	104.21	38.13	0.81		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 240.40	775.22	24.20	19.19	5.68	120.40	39.55	1.80		

.....
Üzletvezető.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!