

Tételes étlap 2026.02.09. - 2026.02.15.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/9/2026 hétfő	(00535) Felső Komló	E	Limonádé	555.18	132.82	0.15	0.07	0.00	32.19	29.97	0.00		
			Tökmagos rántott hal	1 964.92	470.08	22.50	31.50	4.71	22.16	0.64	0.92		
			Burgonyapüré	737.77	176.50	4.85	1.30	0.75	35.10	2.90	2.15		
			Céklasaláta	123.73	29.60	0.56	0.08	0.00	6.56	4.96	0.60		
			Összesen:	3 381.60	809.00	28.06	32.95	5.46	96.01	38.47	3.67		
2/10/2026 kedd	(00535) Felső Komló	E	Köménymagleves	350.70	83.90	1.48	4.35	1.16	8.83	0.14	0.10		
			Grill csirkecomb	681.33	163.00	23.13	7.31	1.63	0.93	0.14	0.85		
			Finomfőzelék	792.46	189.58	7.46	6.83	1.01	24.18	2.13	0.99		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	2 930.39	701.05	39.25	20.03	4.16	87.06	2.59	2.54		
2/11/2026 szerda	(00535) Felső Komló	E	Csontleves	330.86	79.15	3.26	1.56	0.06	12.82	0.78	0.55		
			Bácskai rizseshús	2 371.80	567.42	25.96	21.57	4.24	66.60	0.54	2.02		
			Káposzta saláta	191.99	45.93	1.49	0.21	0.02	9.23	4.00	0.23		
			Összesen:	2 894.65	692.50	30.71	23.34	4.32	88.65	5.32	2.80		

2/12/2026 csütörtök (00535) Felső Komló	E	BrokkolikréMLEVES	542.29	129.74	6.26	4.02	0.81	16.95	0.44	0.36		
		Milánói makaróni	2 909.49	696.05	32.42	32.38	11.39	67.39	4.33	1.62		
		Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
		Összesen:	3 608.56	863.30	39.24	36.64	12.20	92.18	4.77	1.98		
2/13/2026 péntek (00535) Felső Komló	E	Joghurtos fejtett bableves sertéshússal	1 041.62	249.19	17.43	8.68	2.22	24.76	0.18	1.29		
		Túrós batyú	2 424.40	580.00	13.80	25.60	13.20	73.00	17.20	0.96		
		Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
		Összesen:	3 643.10	871.55	31.55	34.52	15.42	107.36	17.38	2.25		

.....
Üzletvezető.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!