

Tételes étlap 2026.02.16. - 2026.02.22.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/16/2026 hétfő	(00613) Alsós tej-tojásmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves	239.42	57.28	1.53	0.89	0.10	10.59	0.00	0.70		
			Magyaros zöldborsófőzelék	846.85	202.60	10.45	5.31	0.53	27.73	1.50	0.22		
			Aprópecsenye	715.09	171.07	17.17	10.22	2.73	2.34	0.19	0.76		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Szőlő	269.63	64.50	0.48	0.24	0.00	14.48	0.00	0.00		
			Összesen:	2 738.12	655.05	35.51	18.10	3.72	84.06	1.87	2.22		
2/17/2026 kedd	(00613) Alsós tej-tojásmentes Komló	E	Paradicsom leves (tojásmentes)	616.77	147.55	1.73	3.08	0.34	27.20	17.20	0.74	 	
			Tészta köret (tojásmentes)	1 187.81	284.17	2.80	5.76	0.70	53.90	2.35	0.72		
			Csirkemell pörkölt	648.50	155.14	20.28	6.45	0.84	3.75	0.27	0.87		
			Vitamin saláta	180.17	43.10	1.06	0.13	0.01	9.23	5.00	0.24		
			Összesen:	2 633.25	629.96	25.87	15.42	1.89	94.08	24.82	2.57		

2/18/2026 szerda (00613)	E	Alsós tej-tojásmentes Komló	Lebbencsleves (tojásmentes)	496.42	118.76	2.12	4.30	1.07	17.42	0.30	0.92		
			Rakott keltáposzta (tejmentes)	1 217.67	291.31	21.26	12.99	2.66	21.99	0.00	1.32		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
			Összesen:	2 602.57	622.62	29.66	19.03	4.09	80.33	0.48	2.79		
2/19/2026 csütörtök (00613)	E	Alsós tej-tojásmentes Komló	Zöldséges karalábéleves (tojásmentes)	294.44	70.44	1.67	1.65	0.19	11.95	0.24	0.69		
			Párolt rizs	1 259.00	301.20	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
			Budapest ragu	757.73	181.27	20.07	7.69	1.55	7.64	0.27	0.92		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Összesen:	2 695.73	644.91	27.84	16.55	2.52	95.84	20.51	1.83		

2/20/2026 péntek (00613) Alsós tej-tojásmentes Komló	E	Lencsegulyás (tojásmentes)	932.02	222.97	16.15	6.73	1.50	24.04	0.30	0.99		
		Fánk (tej-tojásmentes)	1 102.13	263.67	6.50	7.79	0.81	41.78	2.49	0.11		
		Áfonyás dzsem	146.72	35.10	0.06	0.00	0.00	8.70	8.01	0.00		
		Porcukor	83.92	20.08	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	0.00		
		Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		
		Fehér kenyér	238.80	57.13	1.90	0.20	0.00	11.50	0.02	0.30		
		Összesen:	2 678.09	640.70	25.09	15.20	2.31	99.42	15.82	1.41		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!