

Tételes étlap 2026.02.23. - 2026.03.01.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/23/2026 hétfő	(00531) Alsós tejmentes Komló	T	Tejbedara, Fahéjas szórát (TEJMENTES)	1 492.02	356.94	3.95	2.12	0.17	80.35	39.98	0.31		
		E	Kertészleves	248.46	59.30	2.61	1.20	0.18	9.28	0.07	0.64	  	
			Rántott sertésborda	1 159.47	277.38	20.09	12.97	3.11	19.57	1.07	1.11	 	
			Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
			Céklasaláta	108.26	25.90	0.49	0.07	0.00	5.74	4.34	0.53		
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
		U	Tavaszi szelet	317.26	75.90	2.85	6.60	2.43	1.29	0.66	0.50		
			Liga margarin	75.24	18.00	0.04	2.00	0.60	0.04	0.04	0.08		
			Teljes kiörl.kifli	503.69	120.50	3.70	1.80	0.85	21.00	1.30	0.60		
			Összesen:	5 048.57	1 207.64	39.95	27.99	7.45	195.42	47.46	4.20		
2/24/2026 kedd	(00531) Alsós tejmentes Komló	T	Rizsital	392.92	94.00	0.20	2.00	0.20	19.00	6.60	0.02		
			Liga margarin	75.24	18.00	0.04	2.00	0.60	0.04	0.04	0.08		
			Gépsonka	146.72	35.10	4.59	1.35	0.54	1.14	0.09	0.72		
			Paradicsom	27.47	6.57	0.30	0.06	0.01	1.20	0.00	0.00		
			Teljes kiörlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		E	Tarhonyaleves	290.06	69.39	1.89	1.77	0.17	11.09	0.05	0.70	 	

2/24/2026 kedd (00531) Alsós tejmentes Komló	E	Húspogácsa szelet	850.32	203.43	10.70	13.27	4.44	9.79	0.13	0.44	 	
		Felesborsófőzelék	925.07	221.31	12.05	4.13	0.52	33.71	0.00	1.00	 	
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45	 	
	U	Virágméz	273.50	65.43	0.08	0.00	0.00	16.20	16.20	0.00		
		Liga margarin	75.24	18.00	0.04	2.00	0.60	0.04	0.04	0.08		
		Vizes zsemle	695.20	166.32	5.61	0.66	0.00	33.16	0.11	0.60	 	
		Összesen:	4 863.62	1 163.55	45.30	29.64	7.68	173.57	23.56	4.54		
2/25/2026 szerda (00531) Alsós tejmentes Komló	T	Tea (citrusmentes)	151.37	36.21	0.02	0.01	0.00	8.99	8.99	0.00		
		Snidlinges sertésmájás	433.88	103.80	3.09	9.69	3.48	1.08	0.75	0.51		
		Uborka	9.83	2.35	0.20	0.02	0.00	0.34	0.00	0.01		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45	 	
	E	Zöldséges zellerleves	294.19	70.25	2.25	1.55	0.21	11.38	0.07	0.89	   	
		Párolt csirkemell	536.04	128.24	19.84	5.00	0.67	0.81	0.00	1.14		
		Paradicsommártás, Főtt burgonya	1 136.18	271.81	5.84	4.23	0.46	50.70	16.31	0.25	 	
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45	 	
	U	Kakaós csiga (TEJMENTES)	1 514.40	362.30	8.21	6.16	0.81	68.02	19.98	0.34	 	
		Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
		Összesen:	5 364.85	1 283.32	49.57	29.30	6.23	199.12	46.40	4.04		

2/26/2026 csütörtök (00531) Alsós tejmentes Komló	T	Kakaó (TEJMENTES)	509.00	121.77	0.40	2.21	0.33	25.08	12.60	0.04		
		Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04		
		Főtt tojás	207.14	49.55	4.05	3.60	0.93	0.18	0.00	0.11		
		Paradicsom	27.47	6.57	0.30	0.06	0.01	1.20	0.00	0.00		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
	E	Zöldséges karfiollevés	292.25	69.92	2.52	1.84	0.22	10.68	0.00	0.27	 	
		Mexikói csirkemell	539.76	129.13	16.73	3.54	0.47	7.21	0.00	0.71		
		Bulgur	1 177.12	281.61	8.60	5.57	0.69	53.11	0.00	0.23		
		Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01		
	U	Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
		Vizes zsemle	695.20	166.32	5.61	0.66	0.00	33.16	0.11	0.60		
		Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04		
		Összesen:	4 938.14	1 181.38	47.87	23.29	3.93	194.23	26.65	2.68		
2/27/2026 péntek (00531) Alsós tejmentes Komló	T	Tea (citrusmentes)	151.37	36.21	0.02	0.01	0.00	8.99	8.99	0.00		
		Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04		

2/27/2026 péntek (00531) Alsós tejmentes Komló	T	Gála csemege karaj	125.40	30.00	4.80	0.90	0.36	0.66	0.15	0.93		
		Paprika	16.38	3.92	0.24	0.06	0.00	0.60	0.00	0.00		
		Teljes kiőrl.kifli	503.69	120.50	3.70	1.80	0.85	21.00	1.30	0.60		
	E	Tárkonyos harcsaraguleves	540.58	129.19	10.09	3.11	0.29	14.84	0.07	0.75	   	
		Meggyes pite (TEJMENTES)	2 107.98	504.30	8.55	19.30	8.41	73.97	16.23	0.90		
	U	Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
		Liga margarin	75.24	18.00	0.04	2.00	0.60	0.04	0.04	0.08		
		Vizes zsemle	695.20	166.32	5.61	0.66	0.00	33.16	0.11	0.60		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	4 772.56	1 141.63	34.61	32.39	13.60	174.29	35.61	3.92		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!