

Tételes étlap 2026.02.23. - 2026.03.01.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2/23/2026 hétfő	(00613) Alsós tej-tojásmentes Komló	E	Kertészleves (tojásmentes)	230.49	55.14	1.84	1.06	0.12	9.35	0.24	0.65		
			Flekkén szelet	770.95	184.44	17.60	10.28	2.73	5.14	0.13	0.76		
			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		
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
			Összesen:	2 627.56	628.60	27.29	15.79	5.75	92.39	13.41	2.38		
2/24/2026 kedd	(00613) Alsós tej-tojásmentes Komló	E	Tarhonyaleves (tojásmentes)	281.77	67.41	1.17	1.65	0.20	11.65	0.35	0.72		
			Húspogácsa szelet (tojásmentes)	833.75	199.46	10.38	12.98	4.36	9.78	0.13	0.43		
			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		
			Összesen:	2 596.53	621.18	28.50	19.96	5.38	79.24	0.63	2.60		

2/25/2026 szerda (00613)	E	Alsós tej-tojásmentes Komló										
		Zöldséges zellerleves (tojásmentes)	276.22	66.08	1.48	1.41	0.15	11.45	0.24	0.91	 	
		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	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		Összesen:	2 615.57	625.73	33.04	12.08	1.64	91.88	16.73	2.84		
2/26/2026 csütörtök (00613)	E	Alsós tej-tojásmentes Komló										
		Zöldséges karfiolleves (tej-tojásmentes)	281.12	67.25	1.75	1.71	0.20	10.97	0.24	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		
	Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01			
		Összesen:	2 787.00	666.75	28.30	11.68	1.36	115.01	20.24	1.23		

2/27/2026 péntek (00613) Alsós tej-tojásmentes Komló	E	Tárkonyos harcsaraguleves (tojásmentes)	522.61	125.03	9.32	2.97	0.24	14.91	0.24	0.76		
		Meggyes pite (tej- tojásmentes)	2 107.98	504.30	8.55	19.30	8.41	73.97	16.23	0.90		
		Összesen:	2 630.59	629.33	17.87	22.27	8.65	88.88	16.47	1.66		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!