

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	(00535) Felső Komló	E	Kertészleves	313.97	74.96	3.31	1.50	0.22	11.74	0.52	0.90		
			Mustáros kakukkfűves sertésragu	920.82	220.29	19.89	13.15	3.36	5.20	0.71	0.61		
			Petrezselymes rizs	1 445.20	345.74	6.51	7.68	0.89	62.25	0.00	0.90		
			Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01		
			Összesen:	2 945.61	704.53	30.19	22.69	4.47	93.59	1.23	2.42		
2/24/2026 kedd	(00535) Felső Komló	E	Tarhonyaleves	362.49	86.72	2.29	2.31	0.24	13.70	0.72	0.99		
			Húspogácsa	962.40	230.24	17.27	12.11	2.90	12.51	0.30	0.57		
			Felesborsófőzelék	1 097.87	262.65	14.46	4.78	0.61	40.12	0.04	0.81		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	2 978.70	712.61	38.92	20.40	4.05	90.43	1.21	2.82		
2/25/2026 szerda	(00535) Felső Komló	E	Zöldséges zellerleves	374.07	89.34	2.84	1.93	0.26	14.56	0.60	0.39		
			Par.húsgombóc árpagyönggyel f.burgonyával	2 136.07	511.02	17.85	19.97	5.75	62.48	20.00	1.67		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	3 066.08	733.36	25.59	23.10	6.31	101.14	20.75	2.51		

2/26/2026 csütörtök	(00535) Felső Komló	E	Zöldséges karfiolleves	380.30	90.98	3.22	2.42	0.30	13.86	0.65	0.36		
			Karamellizált hagymás csirkemell	970.83	232.26	25.26	11.18	5.90	7.59	3.06	0.74		
			Bulgur	1 355.30	324.23	9.83	6.63	0.82	60.70	0.00	0.23		
			Mandarin	195.98	46.89	0.70	0.30	0.00	9.80	0.00	0.00		
			Összesen:	2 902.41	694.36	39.01	20.53	7.02	91.95	3.71	1.33		
2/27/2026 péntek	(00535) Felső Komló	E	Tárkonyos harcsaraguleves	792.41	189.57	13.03	7.55	2.40	17.04	1.73	1.10		
			Mákos metélt	2 268.28	542.65	16.10	15.93	3.13	83.08	19.98	0.70		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 206.10	767.01	29.53	23.88	5.53	107.12	21.71	1.81		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!