

| Tételes étlap 2026.03.02. - 2026.03.08. |         |   |                                        |              |                |             |          |                |                |           |        |            |          |
|-----------------------------------------|---------|---|----------------------------------------|--------------|----------------|-------------|----------|----------------|----------------|-----------|--------|------------|----------|
|                                         | Diéta   |   | Étlap tétel                            | Energia (Kj) | Energia (Kcal) | Fehérje (g) | Zsír (g) | T.Zsír-sav (g) | Szénhidrát (g) | Cukor (g) | Só (g) | Allergének | Fogy. ár |
| 3/2/2026<br>hétfő                       | (00559) | E | Zöldséges rizsleves                    | 239.42       | 57.28          | 1.53        | 0.89     | 0.10           | 10.59          | 0.00      | 0.70   |            |          |
|                                         |         |   | Sertéssült                             | 793.85       | 189.92         | 17.49       | 11.19    | 2.84           | 4.57           | 0.17      | 1.03   |            |          |
|                                         |         |   | Lencsefőzelék (tejment-furktózszegény) | 1 189.36     | 284.54         | 17.03       | 5.94     | 0.53           | 40.40          | 0.00      | 0.61   |            |          |
|                                         |         |   | Teljes kiörlésű kenyér                 | 555.94       | 133.00         | 4.90        | 1.20     | 0.30           | 24.10          | 0.15      | 0.45   |            |          |
|                                         |         |   |                                        |              |                |             |          |                |                |           |        |            |          |
|                                         |         |   | Összesen:                              | 2 778.57     | 664.74         | 40.95       | 19.22    | 3.77           | 79.66          | 0.32      | 2.79   |            |          |
| 3/3/2026<br>kedd                        | (00559) | E | Lebbencsleves                          | 507.54       | 121.42         | 2.89        | 4.43     | 1.10           | 17.13          | 0.07      | 0.95   |            |          |
|                                         |         |   | Mexikói sertéstokány                   | 843.45       | 201.78         | 15.31       | 9.96     | 2.32           | 10.85          | 2.07      | 0.52   |            |          |
|                                         |         |   | Párolt rizs                            | 1 259.00     | 301.20         | 5.60        | 6.71     | 0.78           | 54.25          | 0.00      | 0.21   |            |          |
|                                         |         |   |                                        |              | Összesen:      | 2 609.99    | 624.40   | 23.80          | 21.10          | 4.20      | 82.23  | 2.14       | 1.68     |

|                               |                                     |   |                                    |          |        |       |       |       |       |      |      |                                                                                                                                                                         |  |
|-------------------------------|-------------------------------------|---|------------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|-------|------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 3/4/2026<br>szerda<br>(00559) | Alsós tejmentes-fruktózszege. Komló | E | Sárgarépa-kréMLEVES<br>(tejmentes) | 321.17   | 76.83  | 1.79  | 1.70  | 0.20  | 13.24 | 0.26 | 0.54 |                                                                                      |  |
|                               |                                     |   | Gombás sertésragu                  | 715.42   | 171.15 | 15.06 | 9.63  | 2.75  | 5.83  | 0.27 | 0.91 |                                                                                      |  |
|                               |                                     |   | Tészta köret                       | 1 328.26 | 317.77 | 9.10  | 6.18  | 0.95  | 56.00 | 0.07 | 0.54 |   |  |
|                               |                                     |   | Natúr kókuszgurt                   | 421.34   | 100.80 | 0.72  | 7.32  | 6.84  | 7.20  | 0.72 | 0.08 |                                                                                                                                                                         |  |
|                               |                                     |   | Összesen:                          | 2 786.19 | 666.55 | 26.67 | 24.83 | 10.74 | 82.27 | 1.32 | 2.07 |                                                                                                                                                                         |  |

|                                                                        |   |                                   |          |        |       |       |      |       |      |      |                                                                                     |  |
|------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------|----------|--------|-------|-------|------|-------|------|------|-------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 3/5/2026<br>csütörtök<br>(00559)<br>Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló | E | Zöldségleves                      | 251.74   | 60.11  | 1.71  | 1.71  | 0.23 | 9.19  | 0.06 | 0.29 |  |  |
|                                                                        |   | Spenót, Főtt burgonya (TEJMENTES) | 1 135.33 | 271.61 | 8.38  | 6.02  | 0.61 | 45.13 | 1.66 | 0.24 |  |  |
|                                                                        |   | Főtt hús                          | 532.36   | 127.36 | 16.80 | 6.48  | 2.31 | 0.32  | 0.00 | 0.76 |                                                                                     |  |
|                                                                        |   | Teljes kiőrlésű kenyér            | 667.13   | 159.60 | 5.88  | 1.44  | 0.36 | 28.92 | 0.18 | 0.54 |  |  |
|                                                                        |   | Összesen:                         | 2 586.56 | 618.68 | 32.77 | 15.65 | 3.51 | 83.56 | 1.90 | 1.83 |                                                                                     |  |

|                                                                     |   |                                 |          |        |       |       |      |        |       |      |  |  |
|---------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------|----------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|--|--|
| 3/6/2026<br>péntek<br>(00559)<br>Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló | E | Csirkeraguleves                 | 521.15   | 124.68 | 13.32 | 2.88  | 0.42 | 11.11  | 0.00  | 0.93 |  |  |
|                                                                     |   | Káposztás kocka (szőlőcukorral) | 2 186.00 | 522.97 | 13.35 | 10.18 | 1.40 | 93.49  | 19.98 | 1.50 |  |  |
|                                                                     |   | Összesen:                       | 2 707.15 | 647.65 | 26.67 | 13.06 | 1.82 | 104.60 | 19.98 | 2.43 |  |  |

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!