

Tételes étlap 2026.03.02. - 2026.03.08.

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 hétfő	(00622)	E	Felső diab.-gluténmentes Komló										
			Zöldséges rizsleves (gluténmentes)	236.71	56.63	1.56	1.09	0.13	9.92	0.00	1.11		
			Lencsefőzelék (gluténmentes)	1 275.64	305.18	13.61	10.30	2.89	38.25	1.90	0.73	   	
			Sertéssült (gluténmentes)	978.37	234.06	21.46	13.87	3.57	5.32	0.23	0.79		
			Összesen:	2 490.72	595.87	36.63	25.26	6.59	53.49	2.13	2.63		
3/3/2026 kedd	(00622)	E	Felső diab.-gluténmentes Komló										
			Lebbencsleves (diab-gluténment.)	328.82	78.67	1.26	4.18	1.06	8.74	0.17	0.91		
			Mexikói sertéstokány (gluténmentes)	841.68	201.36	16.53	11.51	2.69	6.28	0.42	0.43		
			Párolt rizs (diab.-gluténmentes)	789.60	188.90	3.20	5.69	0.66	31.00	0.00	0.20		
			Összesen:	1 960.10	468.93	20.99	21.38	4.41	46.02	0.59	1.54		

3/4/2026 szerda (00622) Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Tejszínes sárgarépa-krémleves	454.36	108.70	2.01	5.25	2.66	13.01	0.48	0.58	 	
		Bakonyi sertésragu (gluténment.)	921.74	220.51	17.22	14.15	4.86	5.72	1.28	1.03	 	
		Tészta köret (gluténmentes)	718.85	171.97	1.60	4.35	0.52	30.80	1.34	0.47		
		Összesen:	2 094.95	501.18	20.83	23.75	8.04	49.53	3.10	2.08		

3/5/2026 csütörtök (00622) Felsősz diab.-gluténmentes Komló	E	Zöldségleves (gluténmentes)	182.26	43.60	0.94	1.98	0.23	5.34	0.00	0.30		
		Spenót, Főtt burgonya (gluténmentes)	1 207.16	288.79	9.23	9.68	1.68	39.35	0.25	0.36		
		Főtt hús	598.91	143.28	18.90	7.29	2.60	0.36	0.00	0.98		
		Összesen:	1 988.33	475.67	29.07	18.95	4.51	45.05	0.25	1.64		

3/6/2026 péntek (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Csirkeraguleves (gluténmentes)	648.46	155.13	15.90	4.16	0.63	12.87	0.04	0.97		
		Túrós metélt (diab- gluténmentes)	1 456.14	348.36	15.20	16.37	7.21	33.92	16.02	0.49		
		Összesen:	2 104.60	503.49	31.10	20.53	7.84	46.79	16.06	1.46		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!