

Tételes étlap 2026.03.16. - 2026.03.22.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
3/16/2026 hétfő	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Fokhagymakrém leves (gluténmentes)	487.94	116.73	2.58	5.18	1.85	14.15	0.74	0.85	 	
			Pincepörkölt (Gluténmentes)	1 626.21	389.05	22.78	11.77	3.31	46.60	0.35	1.39		
			Csemege uborka	42.00	10.05	0.42	0.07	0.00	1.68	1.33	0.70		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	2 668.20	638.33	27.23	18.57	5.36	85.93	3.57	3.79		
3/17/2026 kedd	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldborsóleves	392.94	94.01	3.45	1.82	0.21	15.49	0.25	0.28		
			Vadas tokány	904.44	216.37	17.97	12.96	4.47	6.45	3.10	0.91	     	
			Tészta köret (GLUTÉNMENTES)	1 187.81	284.17	2.80	5.76	0.70	53.90	2.35	0.92		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Összesen:	2 869.75	686.55	24.72	21.04	5.38	97.84	25.70	2.12		

3/18/2026 szerda (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Burgonyaleves (Gluténmentes)	444.87	106.43	2.01	2.24	0.28	18.97	0.32	0.89	 	
			Budapest sertésragu	878.96	210.28	17.69	12.00	3.15	7.46	0.28	0.93		
			Párolt rizs	1 259.00	301.20	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	2 759.91	660.27	25.62	21.19	4.21	90.28	0.60	2.03		
3/19/2026 csütörtök (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Kertészleves	230.49	55.14	1.84	1.06	0.12	9.35	0.24	0.65		
			Chili con carne	2 013.01	481.58	29.76	14.05	2.72	55.52	0.72	0.61		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	2 755.55	659.22	33.05	16.66	3.04	88.37	2.11	2.11		

3/20/2026 péntek (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Sertésraguleves	598.49	143.18	11.37	5.85	1.53	10.69	0.04	0.35		
		Zöldséges rizses csirkemáj	1 748.43	418.29	22.34	12.54	2.26	53.46	0.00	0.78		
		Káposzta saláta	155.77	37.26	1.15	0.16	0.02	7.57	3.50	0.22		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	2 648.10	633.52	35.26	18.95	3.81	78.72	3.54	1.36		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!