








Tételes étlap 2026.04.13. - 2026.04.19.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/13/2026 hétfő	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E Zöldségleves	236.33	56.54	1.05	1.59	0.19	9.25	0.20	0.30		
		Aprópecsenye	714.34	170.90	17.09	10.25	2.74	2.27	0.20	0.76		
		Burgonyafőzelék	1 035.17	247.65	5.05	6.58	2.43	40.61	1.16	1.03	 	
		Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
		Összesen:	2 497.89	597.59	24.64	19.97	5.56	75.63	2.71	2.94		
4/14/2026 kedd	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E Zöldborsóleves	392.94	94.01	3.45	1.82	0.21	15.49	0.25	0.28		
		Csirkés carbonara (gluténmentes)	901.63	215.70	17.46	12.63	4.62	6.49	0.03	0.52	 	
		Tészta köret (gluténmentes)	1 187.81	284.17	2.80	5.76	0.70	53.90	2.35	0.53		
		Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
		Összesen:	2 833.40	677.86	24.75	20.29	5.53	95.24	2.63	1.37		

4/15/2026 szerda (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E Gyümölcsleves (GLUTÉNMENTES)	674.59	161.39	2.89	1.19	0.49	33.28	15.06	0.37	 	
		Rántott csirkemell (GLUTÉNMENTES)	1 051.55	251.57	21.59	10.39	1.44	11.80	0.05	0.83	 	
		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		
		Összesen:	2 757.22	659.63	30.79	12.58	2.04	96.97	19.45	2.15		
4/16/2026 csütörtök (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E Vegyes zöldségleves (gluténmentes)	288.14	68.93	2.00	1.74	0.21	10.95	0.22	0.27	 	
		Rozmaringos csirkecomb	552.31	132.13	16.74	6.95	1.37	0.49	0.00	0.78		
		Barna rizs	1 259.00	300.04	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
		Csemege uborka	42.00	10.05	0.42	0.07	0.00	1.68	1.33	0.70		
		Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
		Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
		Összesen:	2 703.09	645.51	25.58	16.21	2.36	98.97	21.55	1.97		

4/17/2026 péntek (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Babgulyás	1 058.81	253.30	15.04	9.46	1.91	26.27	0.34	1.18		
		Flekken szelet	766.47	183.37	17.14	10.41	2.79	4.76	0.16	0.76		
		Tört burgonya	901.48	215.66	5.75	0.46	0.06	46.00	0.00	0.62		
		Vitamin saláta	180.17	43.10	1.06	0.13	0.01	9.23	5.00	0.24		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 023.26	723.26	39.31	20.78	4.77	91.86	5.50	2.81		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!