






## 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 (00622) Felsős diab.-gluténmentes Komló	E Zöldségleves (gluténmentes)	182.26	43.60	0.94	1.98	0.23	5.34	0.00	0.30		
	Burgonyafőzelék (diab.-gluténment)	1 048.78	250.90	4.77	8.14	2.94	38.19	1.39	1.03	 	
	Aprópecsenye (gluténmentes)	789.85	188.96	19.25	11.07	3.03	2.73	0.25	0.78		
	Összesen:	2 020.89	483.46	24.96	21.19	6.20	46.26	1.64	2.11		
4/14/2026 kedd (00622) Felsős diab.-gluténmentes Komló	E Zöldborsóleves (gluténmentes)	351.36	84.06	3.68	2.22	0.25	11.92	0.02	0.28		
	Csirkés carbonara (gluténmentes)	968.72	231.75	19.58	13.85	4.94	5.56	0.02	0.56	 	
	Tészta köret (gluténmentes)	718.85	171.97	1.60	4.35	0.52	30.80	1.34	0.47		
	Összesen:	2 038.93	487.78	24.86	20.42	5.71	48.28	1.38	1.31		

4/15/2026 szerda (00622) Felsősz diab.-gluténmentes Komló		E										
		Paradicsom leves (gluténmentes)	382.76	91.57	1.52	4.10	0.49	10.94	18.37	0.83	 	
		Sült csirkemell (gluténmentes)	522.41	124.98	22.34	3.23	0.50	1.39	0.17	1.16		
		Petrezselymes burgonya (diab.)	687.66	164.51	4.32	0.81	0.10	34.15	0.00	0.41		
		Káposzta saláta (diab.)	124.86	29.87	1.49	0.21	0.02	5.24	4.00	0.23		
		Összesen:	1 717.69	410.93	29.67	8.35	1.11	51.72	22.54	2.63		
4/16/2026 csütörtök (00622) Felsősz diab.-gluténmentes Komló		E										
		Rozmaringos csirkecomb (gluténmentes)	620.33	148.40	20.94	6.78	1.50	0.71	0.00	0.93		
		Barna rizs	842.22	200.83	3.20	7.08	0.81	31.00	0.00	0.20		
		Uborka saláta (diab.)	51.41	12.30	1.01	0.10	0.00	1.83	5.00	0.13		
		Vegyes zöldségleves (gluténmentes)	366.18	87.60	2.70	2.30	0.28	13.58	0.25	0.28	 	
		Összesen:	1 880.14	449.13	27.85	16.26	2.59	47.12	5.25	1.54		

4/17/2026 péntek (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Tojásleves (gluténmentes)	307.72	73.62	2.34	4.75	0.81	5.01	0.04	0.84	 	
		Flekkén szelet (gluténmentes)	933.59	223.35	19.34	13.15	3.30	6.25	0.21	0.98		
		Vitamin saláta (diab.)	104.02	24.89	1.17	0.14	0.02	4.55	6.00	0.24		
		Tört burgonya (diab)	646.71	154.72	4.13	0.33	0.04	33.00	0.00	0.61		
		Összesen:	1 992.04	476.58	26.98	18.37	4.17	48.81	6.25	2.67		

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!