









Tételes étlap 2026.04.20. - 2026.04.26.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
4/20/2026 hétfő	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E Kukoricás csirkemell	624.91	149.50	16.84	4.08	0.57	11.13	0.01	0.91		
		Párolt rizs	1 259.00	301.20	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
		Vöröslencse krémleves (gluténmentes)	274.36	65.64	1.02	3.96	0.98	6.13	0.78	0.30	 	
		Pírtott napraforgómag	146.20	34.98	1.35	2.94	0.00	0.74	0.00	0.00		
		Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
		Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
	Összesen:	2 855.24	683.08	26.27	21.08	5.12	95.86	9.49	1.43			
4/21/2026 kedd	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E Zöldséges karalábéleves	314.52	75.24	1.55	1.76	0.23	12.84	0.26	0.30		
		Baconos-sajtos hal (gluténmentes)	966.64	231.25	17.60	15.35	6.11	4.65	0.88	1.37	   	
		Tészta köret (gluténmentes)	1 187.81	284.17	2.80	5.76	0.70	53.90	2.35	0.53		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	2 585.30	618.49	22.27	23.19	7.04	76.99	3.49	2.21		

4/22/2026 szerda (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Köménymagleves	366.36	87.65	0.93	3.12	0.39	12.90	0.39	0.36		
			Sertéspörkölt (GLUTÉNMENTES)	812.13	194.29	17.32	12.13	2.95	3.67	0.27	0.49		
			Felesborsófőzelék (gluténmentes)	1 036.14	247.88	11.81	4.59	0.66	38.81	0.10	0.61		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
	Összesen:	2 883.46	689.83	32.07	21.63	4.20	86.72	1.91	2.31				
4/23/2026 csütörtök (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Narancslé	378.00	90.00	1.40	0.40	0.10	18.80	18.80	0.00		
			Szerb rizses csirkemell	1 899.48	454.42	25.83	13.16	1.62	57.57	0.27	0.48		
			Káposzta saláta	155.77	37.26	1.15	0.16	0.02	7.57	3.50	0.22		
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	2 610.33	624.04	28.70	13.96	1.74	93.54	22.57	0.70		

4/24/2026 péntek (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Palócleves (GLUTÉNMENTES)	852.62	203.98	11.35	9.74	3.19	17.10	1.02	1.25	 	
		Túrós metélt (gluténmentes)	1 828.61	437.47	12.87	12.78	5.17	66.07	15.64	0.41		
		Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
		Összesen:	3 032.25	725.43	25.26	22.60	8.36	102.53	16.66	1.70		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!