

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	(00535) Felső Komló	E	Vöröslencse krémleves	359.58	86.02	1.63	5.12	1.22	8.08	1.00	0.53		
			Pirított napraforgómag	170.57	40.81	1.57	3.43	0.00	0.86	0.00	0.00		
			Kukoricás csirkemell	793.94	189.94	20.15	5.32	0.73	15.12	0.00	1.12		
			Bulgur	1 355.30	324.23	9.83	6.63	0.82	60.70	0.00	0.23		
			Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01		
			Összesen:	2 945.01	704.54	33.66	20.86	2.77	99.16	1.00	1.89		
4/21/2026 kedd	(00535) Felső Komló	E	Daragaluskaleves	534.70	127.92	2.68	6.14	0.73	15.16	0.08	0.53		
			Baconos-sajtos hal	1 158.72	277.21	20.98	18.51	7.60	5.67	1.08	1.51		
			Tészta köret	1 492.95	357.17	10.40	6.40	1.01	64.00	0.08	0.56		
			Összesen:	3 186.37	762.30	34.06	31.05	9.34	84.83	1.24	2.60		
4/22/2026 szerda	(00535) Felső Komló	E	Köménymaglevés	350.70	83.90	1.48	4.35	1.16	8.83	0.14	0.10		
			Sertéspörkölt	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.34	0.54		
			Felesborsófőzelék	1 097.87	262.65	14.46	4.78	0.61	40.12	0.04	0.81		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00		
			Összesen:	3 089.91	739.22	40.93	24.46	5.41	85.31	0.67	1.90		

4/23/2026 csütörtök (00535) Felső Komló	E	Narancslé	480.70	115.00	1.75	1.00	0.20	23.75	25.25	0.02		
		Szerb rizses csirkemell	2 176.80	520.77	29.22	15.17	1.86	66.15	0.34	0.54		
		Káposzta saláta	191.99	45.93	1.49	0.21	0.02	9.23	4.00	0.23		
		Összesen:	2 849.49	681.70	32.46	16.38	2.08	99.13	29.59	0.79		
4/24/2026 péntek (00535) Felső Komló	E	Palócleves	1 072.38	256.55	14.65	12.08	3.95	21.70	1.90	1.57		
		Almás töltött fánk fahéjas porcukorral	1 977.98	473.20	6.24	20.80	8.98	63.70	29.90	1.30		
		Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Összesen:	3 957.32	946.73	26.83	34.16	13.23	128.86	31.95	3.36		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!