






Tételes étlap 2026.05.04. - 2026.05.10.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/4/2026 hétfő (00513) Alsós laktózmentes Komló	T Laktózmentes tej	367.84	88.00	6.00	3.00	2.00	9.40	5.60	0.26		
	Paradicsom	27.47	6.57	0.30	0.06	0.01	1.20	0.00	0.00		
	Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
	Delma szendvics margarin	75.24	18.00	0.04	2.00	0.62	0.04	0.00	0.08		
	Párizsi felvágott	265.85	63.60	3.30	5.40	2.04	0.36	0.00	0.50		
	E Tavaszi zöldségleves	284.00	67.81	2.69	1.81	0.25	9.90	0.07	0.25	 	
	Sült csirkemell	490.93	117.45	19.91	3.60	0.52	1.18	0.13	0.74		
	Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
	Uborka saláta	99.16	23.72	0.80	0.08	0.00	4.94	3.50	0.12		
	Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
	Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01		
	U Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
	Kakaós csiga (TEJMENTES)	1 514.40	362.30	8.21	6.16	0.81	68.02	19.98	0.34		
	Összesen:		5 440.18	1 301.34	56.77	27.17	7.04	203.04	43.18	3.36	

5/6/2026 szerda	00513) Alsós laktózmentes Komló	E Szőlő	370.74	88.69	0.66	0.33	0.00	19.91	0.00	0.01	
		U Sváb füstölt sonka	126.65	30.30	4.92	0.69	0.27	1.05	0.12	0.66	
		Uborka	14.74	3.53	0.30	0.03	0.00	0.51	0.00	0.01	
		Teljes kiőrl.kifli	503.69	120.50	3.70	1.80	0.85	21.00	1.30	0.60	
		Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04	
		Összesen:	4 653.52	1 113.15	48.47	26.14	7.24	170.15	21.02	3.39	
5/7/2026 csütörtök	00513) Alsós laktózmentes Komló	T Kakaó (TEJMENTES)	509.00	121.77	0.40	2.21	0.33	25.08	12.60	0.04	
		Főtt tojás	207.14	49.55	4.05	3.60	0.93	0.18	0.00	0.11	
		Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04	
		Paradicsom	27.47	6.57	0.30	0.06	0.01	1.20	0.00	0.00	
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45	
		E Lebbencsleves	507.54	121.42	2.89	4.43	1.10	17.13	0.07	0.95	  
		Finomfőzelék (TEJMENTES)	639.34	152.95	5.17	5.45	0.59	20.56	2.32	0.87	
		Aprópecsenye	715.09	171.07	17.17	10.22	2.73	2.34	0.19	0.76	
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54	
		U Gyümölcsjoghurt laktózmentes	570.57	136.50	3.90	4.05	0.00	21.00	0.00	0.00	
		Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04	

7/2021	00513	U	Vizes zsemle	695.20	166.32	5.61	0.66	0.00	33.16	0.11	0.60	
			Összesen:	5 169.66	1 236.75	50.31	35.32	6.95	173.71	15.66	4.40	
5/8/2026 péntek (00513) Alsós laktózmentes Komló	00513	T	Laktózmentes tej	459.80	110.00	7.50	3.75	2.50	11.75	7.00	0.33	
			Kukoricás kenyér	595.65	142.50	4.80	0.50	0.00	29.50	0.00	0.60	
			Halkrém	339.83	81.30	6.94	5.90	1.50	0.04	0.04	0.44	
			Paprika Kaliforniai	38.70	9.26	0.30	0.09	0.01	1.81	0.00	0.00	
		E	Fejtett bableves sertéshússal (tejmentes)	777.34	185.97	12.98	6.40	1.54	18.80	0.11	0.80	
			Darásmetélt	1 904.38	455.59	13.79	10.16	1.28	76.72	0.00	1.22	
			Fahéjas almaszószt	157.53	37.69	0.20	0.20	0.00	8.53	5.00	0.01	
		U	Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04	
			Paprika Kaliforniai	38.70	9.26	0.30	0.09	0.01	1.81	0.00	0.00	
			Teljes kiőrlésű zsemle	459.80	110.00	3.75	0.65	0.15	20.65	0.25	0.60	
			Trappista sajt (laktózmentes)	468.16	112.00	8.40	8.40	5.60	0.70	0.70	0.70	
			Összesen:	5 277.51	1 262.57	58.98	37.14	12.89	170.33	13.12	4.74	

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!