





## 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 (00641) Felső tej-tojásmentes Komló	E Tavaszi zöldségleves (tojásmentes)	336.75	80.56	2.60	2.21	0.25	12.25	0.27	0.28		
	Sült csirkemell	611.58	146.31	22.41	5.56	0.75	1.44	0.16	0.96		
	Petrezselymes burgonya	1 012.50	242.22	6.33	1.25	0.15	50.18	0.00	0.42		
	Uborka saláta	118.55	28.36	1.01	0.10	0.00	5.83	4.00	0.13		
	Alpro vaniliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
	Körte	309.89	74.14	0.56	0.42	0.00	16.80	0.00	0.01		
	Összesen:	2 843.85	680.34	36.91	11.79	1.53	104.25	18.18	1.98		
5/5/2026 kedd (00641) Felső tej-tojásmentes Komló	E Kukoricás rizs	1 470.87	351.88	7.62	8.57	1.02	60.66	0.00	0.80		
	Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
	Flekkén szelet	893.43	213.74	19.59	12.94	3.23	4.46	0.16	0.88		
	Színes saláta	116.83	27.95	1.33	0.21	0.01	5.12	0.00	0.62		
	Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00		
	Összesen:	3 258.19	779.47	30.15	26.54	8.16	103.67	29.61	2.31		

5/6/2026 szerda (00641)	Felsős tej-tojásmentes Komló	E Zöldséges karalábéleves (tojásmentes)	363.43	86.94	2.10	2.18	0.25	14.42	0.27	0.91		
		Halfilé bakonyi módra (tejmentes)	848.40	202.97	16.72	11.45	2.45	7.13	0.41	0.69	 	
		Bulgur	1 355.30	324.23	9.83	6.63	0.82	60.70	0.00	0.23		
		Szőlő	370.74	88.69	0.66	0.33	0.00	19.91	0.00	0.01		
		Összesen:	2 937.87	702.83	29.31	20.59	3.52	102.16	0.68	1.84		
5/7/2026 csütörtök (00641)	Felsős tej-tojásmentes Komló	E Lebbencsleves (tojásmentes)	602.70	144.19	2.60	5.18	1.27	21.21	0.35	1.15		
		Finomfőzelék (TEJMENTES)	755.33	180.70	6.03	6.52	0.71	24.18	2.69	0.89		
		Aprópecsenye	825.83	197.57	19.35	11.97	3.13	2.81	0.24	0.78		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
		Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		
		Összesen:	3 025.49	723.81	34.34	25.59	5.47	85.52	3.46	3.37		

