









Tételes étlap 2026.05.11. - 2026.05.17.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
5/11/2026 hétfő	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E Gyümölcsleves (GLUTÉNMENTES)	674.59	161.39	2.89	1.19	0.49	33.28	15.06	0.37	 	
		Zöldséges vagadalt szelet (gluténmentes)	963.17	230.42	10.94	15.09	4.66	10.80	0.23	0.77		
		Hagymás törtburgonya	1 134.80	271.48	6.17	5.14	0.59	48.91	0.00	0.23		
		Csemege uborka	42.00	10.05	0.42	0.07	0.00	1.68	1.33	0.70		
		Összesen:	2 814.56	673.34	20.42	21.49	5.74	94.67	16.62	2.07		
5/12/2026 kedd	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E Zellerkrémleves (GLUTÉNMENTES)	344.28	82.36	2.49	2.85	0.57	10.84	0.05	0.76	  	
		Húsos tészta (GLUTÉNMENTES)	2 196.02	525.36	17.58	23.69	8.16	58.53	5.17	1.19		
		Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
		Összesen:	2 761.65	660.67	20.47	26.84	8.73	81.37	5.22	1.96		

5/13/2026 szerda (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves	239.42	57.28	1.53	0.89	0.10	10.59	0.00	0.70		
			Csirkemell pörkölt (GLUTÉNMENTES)	648.50	155.14	20.28	6.45	0.84	3.75	0.27	0.77		
			Zöldbabfőzelék (GLUTÉNMENTES)	912.64	218.33	5.72	10.44	3.26	24.13	1.40	0.75		
			Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	2 487.11	595.00	29.46	19.81	4.40	70.37	2.82	3.08		
5/14/2026 csütörtök (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Csontleves	232.69	55.67	1.64	0.94	0.03	10.02	0.24	0.30		
			Sült csirkecombfilé	496.83	118.86	15.72	5.08	1.04	1.24	0.14	0.98		
			Sárgarépás rizs	1 292.63	309.24	5.84	6.75	0.79	55.87	0.00	1.03		
			Vitamin saláta	180.17	43.10	1.06	0.13	0.01	9.23	5.00	0.24		
			Pöttyös Rudi	431.38	103.20	2.85	5.64	4.59	11.79	11.46	0.33		
			Összesen:	2 633.70	630.07	27.11	18.54	6.46	88.15	16.84	2.88		

5/15/2026 péntek (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Felesborsógulyás	907.82	217.18	14.84	6.69	1.60	23.85	0.32	0.79		
		Túrós metélt (gluténmentes)	1 828.61	437.47	12.87	12.78	5.17	66.07	15.64	0.41		
		Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
		Összesen:	3 175.20	759.62	29.01	19.57	6.77	114.12	15.96	1.26		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!