





## Tételes étlap 2026.05.18. - 2026.05.24.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár		
5/18/2026 hétfő	(00559)	Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E	Lencsefőzelék (tejment-furktózszegény)	1 189.36	284.54	17.03	5.94	0.53	40.40	0.00	0.61		
			Köménymaglevés	487.13	116.54	1.63	3.39	0.39	18.51	0.69	0.61			
			Sertéssült	793.85	189.92	17.49	11.19	2.84	4.57	0.17	1.03			
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45			
			Összesen:	3 026.28	724.00	41.05	21.72	4.06	87.58	1.01	2.70			
5/19/2026 kedd	(00559)	Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E	Kertészleves	248.46	59.30	2.61	1.20	0.18	9.28	0.07	0.64		
			Afrikai harcsapörkölt	553.89	132.51	13.16	7.22	0.64	3.51	0.27	0.93			
			Bulgur	1 177.12	281.61	8.60	5.57	0.69	53.11	0.00	0.23			
			Káposzta saláta (szőlőcukorral)	150.29	35.96	1.15	0.16	0.02	7.22	0.00	0.71			
			Puding (TEJMENTES)	727.81	174.12	0.18	1.54	0.16	39.79	4.99	0.01			
Összesen:	2 857.57	683.50	25.70	15.69	1.69	112.91	5.33	2.52						

5/20/2026 szerda (00559) Alsós tejmentes-fruktózszeg. Komló	E	BrokkolikréMLEVES (TEJMENTES)	341.22	81.63	3.10	2.34	0.24	11.98	0.83	0.61		
		Tarhonyás hús	2 063.47	493.65	27.43	15.93	3.72	59.44	0.34	0.75	 	
		Vitamin saláta (szőlőcukorral)	172.36	41.23	1.06	0.13	0.01	8.73	0.00	0.53		
		Összesen:	2 577.05	616.51	31.59	18.40	3.97	80.15	1.17	1.89		

5/21/2026 csütörtök	(00559)	Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E	Paradicsom leves (szőlőcukorral)	610.77	146.12	2.83	3.26	0.38	25.41	2.88	0.78		
				Zöldséges sertésragu	770.54	184.34	14.25	11.48	2.48	5.71	0.00	0.76		
				Párolt rizs	1 259.00	301.20	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
				Összesen:	2 640.31	631.66	22.68	21.45	3.64	85.37	2.88	1.75		

5/22/2026 péntek (00559) Alsós tejmentes-fruktózszeg.Komló	E	Csirkeraguleves	521.15	124.68	13.32	2.88	0.42	11.11	0.00	0.93		
		Lecsós sertésborda	865.66	207.10	18.02	11.28	2.84	8.07	0.41	0.94		
		Tört burgonya	901.48	215.66	5.75	0.46	0.06	46.00	0.00	0.62		
		Natúr kókuszgurt	421.34	100.80	0.72	7.32	6.84	7.20	0.72	0.08		
		Összesen:	2 709.63	648.24	37.81	21.94	10.16	72.38	1.13	2.57		

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!