


## 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 (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E Köménymaglevés (gluténmentes)	278.58	66.65	0.67	2.88	0.35	8.80	0.26	0.37		
	Sertéssült (gluténmentes)	978.37	234.06	21.46	13.87	3.57	5.32	0.23	0.79		
	Lencsefőzelék (gluténmentes)	1 275.64	305.18	13.61	10.30	2.89	38.25	1.90	0.73	   	
	Összesen:	2 532.59	605.89	35.74	27.05	6.81	52.37	2.39	1.89		
5/19/2026 kedd (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E Kertészleves (gluténmentes)	162.81	38.95	2.01	1.19	0.13	4.93	0.00	0.85		
	Harcspaprikás (gluténmentese)	908.54	217.35	16.01	12.47	2.84	9.77	1.95	0.84	  	
	Tészta köret (gluténmentes)	718.85	171.97	1.60	4.35	0.52	30.80	1.34	0.47		
	Összesen:	1 790.20	428.27	19.62	18.01	3.49	45.50	3.29	2.16		

5/20/2026 szerda (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	BrokkolikréMLEVES (diab-gluténmentes)	398.40	95.31	4.01	3.81	0.69	10.67	0.06	0.27		
		Tarhonyás hús (diab-gluténmentes)	1 705.48	408.01	25.30	18.00	4.23	35.05	1.68	0.76		
		Vitamin saláta (diab.)	104.02	24.89	1.17	0.14	0.02	4.55	6.00	0.24		
		Összesen:	2 207.90	528.21	30.48	21.95	4.94	50.27	7.74	1.27		

<b>5/21/2026</b> <b>csütörtök</b> (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Paradicsom leves (gluténmentes)	382.76	91.57	1.52	4.10	0.49	10.94	18.37	0.83	 	
		Párolt rizs (diab.-gluténmentes)	789.60	188.90	3.20	5.69	0.66	31.00	0.00	0.20		
		Zöldséges sertésragu (gluténmentes)	969.76	232.00	19.00	13.23	3.08	8.70	0.02	1.01		
		Összesen:	2 142.12	512.47	23.72	23.02	4.23	50.64	18.39	2.04		

5/22/2026 péntek (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Csirkeraguleves (gluténmentes)	549.05	131.35	14.82	3.81	0.55	9.01	0.02	0.96		
		Tört burgonya (diab)	646.71	154.72	4.13	0.33	0.04	33.00	0.00	0.61		
		Lecsós sertésborda (gluténmentes)	1 010.07	241.64	19.89	13.24	3.31	10.01	0.56	1.21		
		Összesen:	2 205.83	527.71	38.84	17.38	3.90	52.02	0.58	2.78		

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!