


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 (00537) Felső tejmentes Komló	E Köménymaglevés	575.23	137.61	1.94	4.04	0.46	21.78	0.81	0.69		
	Sertéssült (tejmentes)	982.10	234.95	21.85	13.76	3.52	5.64	0.20	0.79		
	Lencsefőzelék	1 424.31	340.74	20.15	7.34	0.78	47.95	0.73	0.71	 	
	Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
	Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
	Összesen:	3 682.99	881.09	49.24	26.74	5.06	106.47	1.89	2.65		
5/19/2026 kedd (00537) Felső tejmentes Komló	E Kertészleves	299.05	71.39	3.21	1.48	0.21	11.01	0.08	0.85	 	
	Afrikai harcsapörkölt	638.10	152.65	14.85	8.36	0.75	4.24	0.34	1.08		
	Bulgur	1 355.30	324.23	9.83	6.63	0.82	60.70	0.00	0.23		
	Káposzta saláta	191.99	45.93	1.49	0.21	0.02	9.23	4.00	0.23		
	Szőlő	471.85	112.88	0.84	0.42	0.00	25.34	0.00	0.01		
	Összesen:	2 956.29	707.08	30.22	17.10	1.80	110.52	4.42	2.40		

5/20/2026 szerda (00537) Felső tejmentes Komló	E	BrokkolikréMLEVES (TEJMENTES)	411.90	98.54	3.54	3.35	0.35	13.47	0.99	0.22		
		Tarhonyás hús	2 444.50	584.81	34.10	19.12	4.61	68.25	0.42	0.75		
		Vitamin saláta	204.72	48.98	1.17	0.14	0.02	10.55	5.99	0.24		
		Összesen:	3 061.12	732.33	38.81	22.61	4.98	92.27	7.40	1.21		
5/21/2026 csütörtök (00537) Felső tejmentes Komló	E	Paradicsom leves	743.00	177.75	3.38	4.28	0.50	30.44	18.19	0.90		
		Zöldséges sertésragu	948.93	227.02	19.05	13.15	3.06	7.75	0.00	1.01		
		Párolt rizs	1 438.86	344.23	6.40	7.67	0.89	62.00	0.00	0.21		
		Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 352.14	801.95	29.23	25.40	4.45	112.19	18.19	2.13		

5/22/2026 péntek (00537) Felső tejmentes Komló	E	Csirkeraguleves (TEJMENTES)	652.78	156.17	16.43	4.01	0.56	13.28	0.00	0.96		
		Lekváros bukta (TEJMENTES)	2 541.39	607.99	10.53	20.04	2.15	95.48	12.81	0.31		
		Alma	203.58	48.70	0.56	0.56	0.00	9.80	0.00	0.01		
		Összesen:	3 397.75	812.86	27.52	24.61	2.71	118.56	12.81	1.28		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!