



Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/26/2026 kedd (00531) Alsós tejmentes Komló	T	Kakaó (TEJMENTES)	509.00	121.77	0.40	2.21	0.33	25.08	12.60	0.04			
		Majorannás májas	309.74	74.10	3.48	6.00	2.46	1.68	0.39	0.54			
		Paradicsom	27.47	6.57	0.30	0.06	0.01	1.20	0.00	0.00			
		Teljes kiőrlésű zsemle	459.80	110.00	3.75	0.65	0.15	20.65	0.25	0.60			
	E	Fokhagymakrém leves (tejmentes)	347.70	83.18	1.58	2.86	0.30	12.74	1.32	0.79			
		Szerb rizses csirkemell	1 899.48	454.42	25.83	13.16	1.62	57.57	0.27	0.48			
		Uborka saláta	99.16	23.72	0.80	0.08	0.00	4.94	3.50	0.12			
		Alma	174.50	41.75	0.48	0.48	0.00	8.40	0.00	0.01			
	U	Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18			
		Liga margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.30	0.02	0.02	0.04			
		Vizes zsemle	695.20	166.32	5.61	0.66	0.00	33.16	0.11	0.60			
			Összesen:	5 014.25	1 199.58	46.25	29.41	5.55	183.19	32.21	3.40		

5/27/2026 szerda (00531) Alsós tejmentes Komló	T	Kókuszital	209.00	50.00	0.25	2.25	2.25	6.75	4.75	0.33		
		Delma szendvics margarin	75.24	18.00	0.04	2.00	0.62	0.04	0.00	0.08		
		Áfonyás dzsem	244.53	58.50	0.11	0.01	0.00	14.50	13.35	0.00		
		Kukoricás kenyér	595.65	142.50	4.80	0.50	0.00	29.50	0.00	0.60		
	E	Tarhonyaleves	290.06	69.39	1.89	1.77	0.17	11.09	0.05	0.70	 	
		Sertésült csíkok	799.53	191.27	17.54	11.21	2.84	4.80	0.17	1.03		
		Magyaros zöldborsófőzelék	846.85	202.60	10.45	5.31	0.53	27.73	1.50	0.22		
		Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
		Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
	U	Gála csemege karaj	125.40	30.00	4.80	0.90	0.36	0.66	0.15	0.93		
		Delma szendvics margarin	37.62	9.00	0.02	1.00	0.31	0.02	0.00	0.04		
		Uborka	14.74	3.53	0.30	0.03	0.00	0.51	0.00	0.01		
		Vizes zsemle	695.20	166.32	5.61	0.66	0.00	33.16	0.11	0.60		
		Összesen:	4 826.80	1 154.74	51.31	27.14	7.38	170.96	20.23	5.00		

5/28/2026 csütörtök (00531) Alsós tejmentes Komló												
5/28/2026 csütörtök (00531) Alsós tejmentes Komló	T	Meggyes turmix	356.93	85.39	0.36	1.35	0.12	17.70	6.96	0.01		
		Liga margarin	75.24	18.00	0.04	2.00	0.60	0.04	0.04	0.08		
		Vizes zsemle	695.20	166.32	5.61	0.66	0.00	33.16	0.11	0.60		
	E	Daragaluskaleves	406.37	97.22	2.17	4.18	0.50	12.49	0.00	0.90	 	
		Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
		Ratatouille csirkemell	606.94	145.20	21.16	4.10	0.57	5.50	0.00	0.75		
		Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
	U	Csemege szalámi	328.55	78.60	2.70	7.50	3.15	0.06	0.06	0.50		
		Liga margarin	75.24	18.00	0.04	2.00	0.60	0.04	0.04	0.08		
		Paprika	24.57	5.88	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00		
		Teljes kiőrlésű zsemle	459.80	110.00	3.75	0.65	0.15	20.65	0.25	0.60		
	Összesen:		4 618.79	1 104.98	47.89	24.90	6.16	165.61	7.64	4.48		
	5/29/2026 péntek (00531) Alsós tejmentes Komló	T	Tea (citrusmentes)	151.37	36.21	0.02	0.01	0.00	8.99	8.99	0.00	
Halkrém			339.83	81.30	6.94	5.90	1.50	0.04	0.04	0.44		
Uborka			14.74	3.53	0.30	0.03	0.00	0.51	0.00	0.01		
Teljes kiőrlésű kenyér			444.75	106.40	3.92	0.96	0.24	19.28	0.12	0.36		
E		Babgulyás	1 029.19	246.22	15.68	9.32	1.88	24.54	0.11	1.18	 	
		Káposztás kocka	1 809.20	432.82	13.35	10.18	1.40	71.19	17.48	1.50	 	

5/29/2026 péntek	(00531) Alsós tejmentes Kenyér	U	Petrezselymes margarin	75.37	18.03	0.04	2.00	0.60	0.04	0.04	0.08	
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01	
			Geszti Eszti	392.50	93.90	1.11	4.32	3.90	11.43	9.45	0.00	
			Vizes zsemle	695.20	166.32	5.61	0.66	0.00	33.16	0.11	0.60	
			Összesen:	5 097.56	1 219.52	47.37	33.78	9.52	176.18	36.34	4.18	

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!