








Tételes étlap 2026.05.25. - 2026.05.31.

	Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsvav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
5/26/2026 kedd (00642) Alsós tej-paradicsommentes 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			
		Teljes kiőrlésű zsemle	459.80	110.00	3.75	0.65	0.15	20.65	0.25	0.60			
		Paprika	24.57	5.88	0.36	0.09	0.00	0.90	0.00	0.00			
	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:	5 011.35	1 198.89	46.31	29.44	5.54	182.89	32.21	3.40		

5/27/2026 szerda (00642) Alsós tej-paradicsommentes 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	287.81	68.85	1.87	1.77	0.17	10.98	0.00	0.68		
		Sertésült csíkok (par.mentes)	792.00	189.47	17.49	11.20	2.84	4.44	0.00	0.96		
		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:	4 817.02	1 152.40	51.24	27.13	7.38	170.49	20.01	4.91		

5/28/2026 csütörtök (00642) Alsós tej-paradicsommentes 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	  
		Fokhagymás csirkemell (par.mentes)	487.54	116.64	19.92	3.60	0.52	1.01	0.00	0.94	
		Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42	
		Uborka saláta	99.16	23.72	0.80	0.08	0.00	4.94	3.50	0.12	
		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:		4 598.55	1 100.14	47.45	24.48	6.11	166.06	11.14	4.79	

5/29/2026 péntek (00642) Alsós tej-paradicsommentes 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 (par.mentes)	1 024.68	245.14	15.65	9.31	1.88	24.33	0.01	1.14	 
		Káposztás kocka	1 809.20	432.82	13.35	10.18	1.40	71.19	17.48	1.50	 
	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:	5 093.05	1 218.44	47.34	33.77	9.52	175.97	36.24	4.14	

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!