

Tételes étlap 2026.06.01. - 2026.06.07.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/1/2026 hétfő	(00532)	Alsós gluténmentes Komló	E Zöldséges zellerleves	274.36	65.64	1.29	1.46	0.17	11.30	0.25	0.91		
			Serpenyősburgonya virslivel (gluténment.)	1 448.31	346.49	12.24	13.96	5.06	41.90	0.35	1.43		
			Csemege uborka	42.00	10.05	0.42	0.07	0.00	1.68	1.33	0.70		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01		
			Összesen:	2 542.34	608.22	15.88	17.40	5.43	92.78	3.08	3.90		
6/2/2026 kedd	(00532)	Alsós gluténmentes Komló	E Zöldséges zöldbableves (gluténment.)	297.07	71.07	1.75	1.48	0.18	12.29	0.34	0.69		
			Tavaszi rizses csirkemell	1 620.06	387.57	22.05	6.50	0.83	59.68	0.00	1.45		
			Káposzta saláta	155.77	37.26	1.15	0.16	0.02	7.57	3.50	0.22		
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
			Összesen:	2 446.59	585.30	26.09	11.29	3.82	93.55	12.54	2.37		

6/3/2026 szerda (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves	279.26	66.81	1.56	1.77	0.22	10.81	0.25	0.27		
			Tejszínes-paradicsomos halragu (gluténmentes)	974.82	233.21	14.25	12.85	4.57	13.19	3.32	0.56	  	
			Tészta köret (gluténmentes)	1 187.81	284.17	2.80	5.76	0.70	53.90	2.35	0.53		
			Banán	438.77	104.97	1.30	0.10	0.00	24.20	0.00	0.06		
			Összesen:	2 880.66	689.16	19.91	20.48	5.49	102.10	5.92	1.42		
6/4/2026 csütörtök (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves	239.42	57.28	1.53	0.89	0.10	10.59	0.00	0.70		
			Húspogácsa (GLUTÉNMENTES)	810.91	194.00	9.71	13.50	4.49	6.71	0.23	0.48		
			Tökfőzelék	862.42	206.32	3.54	9.99	2.60	24.28	0.98	0.77	 	
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	2 570.21	614.89	16.63	26.33	7.39	72.08	2.36	2.81		

6/5/2026 péntek (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Lencsegulyás (GLUTÉNMENTES)	929.78	222.44	15.92	6.79	1.52	23.85	0.32	0.99		
		Mákos metélt	1 961.45	469.25	6.90	13.40	2.70	78.66	22.33	0.34		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 036.64	726.48	23.22	20.59	4.22	109.51	22.65	1.34		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!