



## Tételes étlap 2026.06.15. - 2026.06.21.

Diéta	Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
6/15/2026 hétfő (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E Zöldséges burgonyaleves (gluténmentes)	311.87	74.61	1.49	2.55	0.30	11.06	0.10	1.08		
	Zöldborsófőzelék (diab.-gluténmentes)	1 117.35	267.31	12.78	7.41	1.12	35.92	0.11	0.28		
	Flekkén szelet (gluténmentes)	933.59	223.35	19.34	13.15	3.30	6.25	0.21	0.98		
	Összesen:	2 362.81	565.27	33.61	23.11	4.72	53.23	0.42	2.34		
6/16/2026 kedd (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E Fokhagymás gyöngybableves (gluténmentes)	591.16	141.43	5.61	5.03	0.61	18.58	0.02	0.86		
	Párolt rizs (diab.-gluténmentes)	789.60	188.90	3.20	5.69	0.66	31.00	0.00	0.20		
	Afrikai harcsapörkölt (gluténmentes)	638.10	152.65	14.85	8.36	0.75	4.24	0.34	1.08		
	Összesen:	2 018.86	482.98	23.66	19.08	2.02	53.82	0.36	2.14		

6/17/2026 szerda (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Tarhonyaleves (gluténmentes)	258.58	61.86	1.15	2.07	0.24	9.39	0.24	0.93		
		Brassói aprópecsenye	1 454.36	347.93	21.71	12.55	3.78	35.90	0.24	0.50		
		Káposzta saláta (diab.)	62.43	14.93	0.74	0.10	0.01	2.62	2.00	0.11		
		Összesen:	1 775.37	424.72	23.60	14.72	4.03	47.91	2.48	1.54		

<b>6/18/2026</b> <b>csütörtök</b> (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	 	
		Bolognai spagetti (gluténmentes)	2 134.11	510.55	20.79	28.61	10.62	41.13	2.32	1.34		
		Összesen:	2 532.51	605.86	24.80	32.42	11.31	51.80	2.38	1.61		

6/19/2026 péntek (00622) Felső diab.-gluténmentes Komló	E	Pulykaraguleves (gluténmentes)	521.71	124.81	13.06	3.93	0.91	8.99	0.01	1.16	 	
		Sárgarépás rizs (diab.)	875.12	209.36	3.56	6.68	0.77	33.43	0.00	0.85		
		Vitamin saláta (diab.)	104.02	24.89	1.17	0.14	0.02	4.55	6.00	0.24		
		Párolt sertésszelet (gluténmentes)	829.39	198.42	19.16	12.05	3.15	2.95	0.15	0.78		
		Összesen:	2 330.24	557.48	36.95	22.80	4.85	49.92	6.16	3.03		

.....  
Üzletvezető

.....  
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!