

Tételes étlap 2026.08.31. - 2026.09.06.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/1/2026 kedd	(00535) Felső Komló	E	Kertészleves	313.97	74.96	3.31	1.50	0.22	11.74	0.52	0.90		
			Lecsós ragu	853.83	204.27	19.77	11.13	3.03	5.93	0.51	1.21		
			Bulgur	1 355.30	324.23	9.83	6.63	0.82	60.70	0.00	0.23		
			Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01		
			Összesen:	2 927.54	700.22	33.63	19.62	4.07	100.09	1.03	2.35		
9/2/2026 szerda	(00535) Felső Komló	E	Zöldséges reszelttészta leves	349.39	83.59	2.58	1.91	0.24	13.79	0.14	1.29		
			Znaimi sertéscomb	1 121.52	268.31	20.59	18.13	6.01	5.33	1.55	1.24		
			Petrezselymes burgonya	1 012.50	242.22	6.33	1.25	0.15	50.18	0.00	0.42		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	3 039.35	727.12	34.40	22.49	6.70	93.40	1.84	3.40		
9/3/2026 csütörtök	(00535) Felső Komló	E	Vöröslencse krémleves	359.58	86.02	1.63	5.12	1.22	8.08	1.00	0.53		
			Pirított napraforgómag	170.57	40.81	1.57	3.43	0.00	0.86	0.00	0.00		
			Tavaszi rizses csirkemell	1 934.19	462.72	26.96	8.57	1.08	68.79	0.00	1.78		
			Káposzta saláta	191.99	45.93	1.49	0.21	0.02	9.23	4.00	0.23		
			Pöttyös Rudi	431.38	103.20	2.85	5.64	4.59	11.79	11.46	0.33		
			Összesen:	3 087.71	738.68	34.50	22.97	6.91	98.75	16.46	2.87		

9/4/2026 péntek (00535) Felső Komló	E	Rozmaringos csirkeraguleves	669.05	160.06	16.54	4.02	0.57	14.06	0.44	0.52		
		Ízes Derelye	3 164.03	756.95	14.74	7.83	0.68	101.89	28.89	1.37		
		Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
		Összesen:	3 949.41	944.84	31.60	12.17	1.25	121.55	29.33	1.90		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!