

Tételes étlap 2026.09.14. - 2026.09.20.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/14/2026 hétfő	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldségleves	236.33	56.54	1.05	1.59	0.19	9.25	0.20	0.30		
			Sertésült csíkok (gluténmentes)	796.54	190.56	17.23	11.30	2.88	4.55	0.19	1.03		
			Paradicsommártás, Főtt burgonya	1 233.37	295.06	5.63	4.63	0.59	55.16	16.39	0.25		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	2 778.29	664.66	25.36	19.07	3.86	92.46	17.93	2.43		
9/15/2026 kedd	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Brokkolikrémleves (GLUTÉNMENTES)	328.31	78.54	3.65	2.79	0.57	9.25	0.05	0.66	 	
			Tejszínes baconos csirkés penne (gluténmentes)	2 073.50	496.05	24.60	16.75	7.49	58.91	2.38	1.36	 	
			Körte	177.08	42.36	0.32	0.24	0.00	9.60	0.00	0.00		
			Összesen:	2 578.89	616.95	28.57	19.78	8.06	77.76	2.43	2.02		

9/16/2026	szerda (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves	239.42	57.28	1.53	0.89	0.10	10.59	0.00	0.70		
				Sertéspörkölt (GLUTÉNMENTES)	812.13	194.29	17.32	12.13	2.95	3.67	0.27	0.49		
				Zöldbabfőzelék (GLUTÉNMENTES)	912.64	218.33	5.72	10.44	3.26	24.13	1.40	0.75	 	
				Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
				Összesen:	2 476.24	592.40	26.02	25.01	6.51	61.89	2.82	2.79		
9/17/2026	csütörtök (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
				Rántott csirkemell (GLUTÉNMENTES)	1 051.55	251.57	21.59	10.39	1.44	11.80	0.05	0.83	 	
				Almalé (100%)	384.56	92.00	0.80	0.80	0.18	22.00	20.00	0.02		
				Csemege uborka	42.00	10.05	0.42	0.07	0.00	1.68	1.33	0.70		
				Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
				Összesen:	2 737.97	655.02	29.23	12.49	1.73	99.73	21.38	1.98		

9/18/2026 péntek (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Felesborsógulyás	907.82	217.18	14.84	6.69	1.60	23.85	0.32	0.79		
		Tejberizs kakaós szóráttal	1 777.12	425.15	10.18	4.37	2.26	85.51	37.58	0.57		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	2 830.35	677.12	25.42	11.46	3.86	116.36	37.90	1.37		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!