

Tételes étlap 2026.09.14. - 2026.09.20.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/14/2026 hétfő	(00641) Felső tej-tojásmentes Komló	E	Zöldségleves (tojásmentes)	283.50	67.82	1.22	2.09	0.25	10.73	0.24	0.31		
			Sertésült csíkok	922.68	220.74	19.82	12.97	3.24	5.89	0.20	1.26		
			Paradicsommártás, Főtt burgonya	1 367.89	327.25	6.87	5.25	0.57	60.95	19.79	0.26		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	3 130.01	748.81	32.81	21.51	4.36	101.67	20.38	2.28		
9/15/2026 kedd	(00641) Felső tej-tojásmentes Komló	E	Brokkolikrémleves (TEJMENTES)	411.90	98.54	3.54	3.35	0.35	13.47	0.99	0.22		
			Baconos csirkés penne (tej-tojásmentes)	1 870.74	447.55	21.60	9.08	2.15	66.95	3.28	1.24		
			Körte	265.62	63.54	0.48	0.36	0.00	14.40	0.00	0.01		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Összesen:	2 932.82	701.63	26.12	13.29	2.50	116.82	24.27	1.48		

9/16/2026 szerda (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Zöldséges rizsleves	280.14	67.02	1.80	1.10	0.13	12.24	0.00	0.91		
			Magyaros zöldbabfőzelék	764.54	182.90	6.07	7.19	0.74	23.02	0.00	0.79		
			Sertéspörkölt	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.34	0.54		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
			Összesen:	3 014.12	721.08	34.42	26.77	7.36	82.61	9.22	2.79		
9/17/2026 csütörtök (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Petrezselymes burgonya	1 012.50	242.22	6.33	1.25	0.15	50.18	0.00	0.42		
			Almalé (100%)	384.56	92.00	0.80	0.80	0.18	22.00	20.00	0.02		
			Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Sült csirkemell	611.58	146.31	22.41	5.56	0.75	1.44	0.16	0.96		
			Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
			Összesen:	2 848.26	681.39	34.62	10.24	1.46	111.39	35.43	2.39		

9/18/2026 péntek (00641) Felső tej-tojásmentes Komló	E	Felesborsógulyás (tojásmentes)	1 125.90	269.36	18.57	8.49	1.99	29.15	0.37	1.04		
		Tejberizs kakaós szóráttal (TEJMENTES)	2 012.61	481.48	5.60	2.80	0.61	107.73	48.58	0.47		
		Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
		Összesen:	3 283.92	785.63	24.57	11.69	2.60	143.88	48.95	1.52		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!