

Tételes étlap 2026.09.21. - 2026.09.27.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/21/2026 hétfő	(00559) Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Lebbencsleves	507.54	121.42	2.89	4.43	1.10	17.13	0.07	0.95		
			Vagdalt szelet	941.29	225.19	10.97	14.79	4.60	11.46	0.14	0.76		
			Tökfőzelék (TEJMENTES)	765.59	183.16	3.83	7.20	0.77	25.43	0.99	0.73		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	2 770.36	662.77	22.59	27.62	6.77	78.12	1.35	2.89		
9/22/2026 kedd	(00559) Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Lencseleves (TEJMENTES)	689.88	165.04	8.38	3.53	0.37	24.64	0.11	0.72		
			Halpörkölt (TEJMENTES)	590.33	141.23	12.86	7.63	1.37	4.31	0.27	0.42		
			Bulgur	1 177.12	281.61	8.60	5.57	0.69	53.11	0.00	0.23		
			Vitamin saláta (szőlőcukorral)	172.36	41.23	1.06	0.13	0.01	8.73	0.00	0.53		
			Összesen:	2 629.69	629.11	30.90	16.86	2.44	90.79	0.38	1.90		

9/23/2026 szerda (00559)	Alsós tejmentes-fruktózszege. Komló	E	Zöldborsóleves	412.78	98.62	4.41	1.90	0.24	15.58	0.07	1.05	 	
			Serpenyősburgonya virslivel	1 434.42	343.16	12.27	13.91	5.04	41.26	0.34	1.63		
			Uborka saláta (szőlőcukorral)	93.69	22.41	0.80	0.08	0.00	4.59	0.00	0.42		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Összesen:	2 608.02	623.79	23.36	17.33	5.64	90.35	0.59	3.64		

9/24/2026 csütörtök (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege.Komló	E	Paradicsom leves (szőlőcukorral)	610.77	146.12	2.83	3.26	0.38	25.41	2.88	0.78		
		Majorannás csirkecomb	552.31	132.13	16.74	6.95	1.37	0.49	0.00	0.78		
		Kukoricás rizs	1 237.42	296.03	6.35	7.45	0.89	50.55	0.00	0.99		
		Káposzta saláta (szőlőcukorral)	150.29	35.96	1.15	0.16	0.02	7.22	0.00	0.71		
		Összesen:	2 550.79	610.24	27.07	17.82	2.66	83.67	2.88	3.26		

9/25/2026 péntek (00559) Alsós tejmentes-fruktózszege. Komló	E	Gulyásleves	761.78	182.24	10.87	6.93	1.63	18.61	0.18	1.00		
		Flekkén szelet	770.95	184.44	17.60	10.28	2.73	5.14	0.13	0.76		
		Tört burgonya	450.74	107.83	2.88	0.23	0.03	23.00	0.00	0.31		
		Párolt vegyes zöldség (tejmentes)	271.05	8.39	3.52	1.18	0.12	9.80	0.00	3.08		
		Puding (TEJMENTES)	727.81	174.12	0.18	1.54	0.16	39.79	4.99	0.01		
		Összesen:	2 982.33	657.02	35.05	20.16	4.67	96.34	5.30	5.16		

.....
Üzletvezető.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!