

Tételes étlap 2026.09.28. - 2026.10.04.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
9/28/2026 hétfő	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Vegyes zöldségleves (gluténmentes)	288.14	68.93	2.00	1.74	0.21	10.95	0.22	0.27	 	
			Csirkemell pörkölt (GLUTÉNMENTES)	648.50	155.14	20.28	6.45	0.84	3.75	0.27	0.77		
			Felesborsófőzelék (gluténmentes)	1 036.14	247.88	11.81	4.59	0.66	38.81	0.10	0.61		
			Gluténmentes baguett	256.03	61.25	0.73	0.78	0.10	11.75	0.58	0.43		
			Körte	221.35	52.95	0.40	0.30	0.00	12.00	0.00	0.01		
			Összesen:	2 450.16	586.15	35.22	13.86	1.81	77.26	1.17	2.09		
9/29/2026 kedd	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Fokhagymakrém leves (gluténmentes)	487.94	116.73	2.58	5.18	1.85	14.15	0.74	0.85	 	
			Budapest sertésragu	878.96	210.28	17.69	12.00	3.15	7.46	0.28	0.93		
			Párolt rizs	1 259.00	301.20	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	2 771.31	663.00	26.27	24.29	5.78	82.86	1.02	2.00		

9/30/2026 szerda (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Csirkekockák hentes módra (gluténmentes)	751.94	179.89	22.88	7.16	1.61	5.50	0.61	1.30	 	
			Hagymás törtburgonya	1 134.80	271.48	6.17	5.14	0.59	48.91	0.00	0.23		
			Almalé (100%)	384.56	92.00	0.80	0.80	0.18	22.00	20.00	0.02		
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Összesen:	2 608.34	624.00	30.45	13.40	2.38	94.51	20.61	1.56		
10/1/2026 csütörtök (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves	279.26	66.81	1.56	1.77	0.22	10.81	0.25	0.27		
			Bolognai spagetti (gluténmentes)	2 164.53	517.83	17.22	23.32	8.16	58.10	4.83	1.25		
			Almapüré	221.54	53.00	0.30	0.00	0.00	12.00	12.00	0.00		
			Összesen:	2 665.33	637.64	19.08	25.09	8.38	80.91	17.08	1.52		

10/2/2026 péntek (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Alföldi betyárgulyás (gluténmentes)	880.40	210.62	11.79	10.08	3.54	17.47	0.90	0.99		
		Sült csirkecomb	542.54	129.79	16.81	6.51	1.31	0.84	0.00	0.39		
		Rizi-bizi	1 373.00	328.47	7.74	6.83	0.78	58.55	0.00	0.80		
		Összesen:	2 795.94	668.88	36.34	23.42	5.63	76.86	0.90	2.18		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!