

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	(00589) Felső laktózmentes Komló	E	Vegyes zöldségleves (tejmentes)	371.01	88.62	3.57	2.36	0.30	12.93	0.07	0.27		
			Felesborsófőzelék	1 094.78	261.91	14.40	4.77	0.60	40.04	0.00	1.00		
			Csirkemell pörkölt	744.54	178.12	22.86	7.50	0.97	4.51	0.34	1.02		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
			Összesen:	3 220.85	770.40	49.73	18.08	2.55	99.33	14.31	2.92		
9/29/2026 kedd	(00589) Felső laktózmentes Komló	E	Fokhagymakrém leves (tejmentes)	422.35	101.04	1.91	3.45	0.37	15.53	1.65	0.99		
			Párolt rizs	1 438.86	344.23	6.40	7.67	0.89	62.00	0.00	0.21		
			Budapest sertésragu	1 130.93	270.56	22.89	15.01	4.00	10.54	0.34	0.74		
			Alma	116.33	27.83	0.32	0.32	0.00	5.60	0.00	0.01		
			Összesen:	3 108.47	743.66	31.52	26.45	5.26	93.67	1.99	1.95		

9/30/2026 szerda (00589)	Felsősz laktómentes Komló	E	Almalé (100%)	384.56	92.00	0.80	0.80	0.18	22.00	20.00	0.02		
			Csirkekockák hentes módra	856.91	205.00	26.04	8.62	1.91	5.42	0.74	1.63		
			Hagymás törtburgonya	1 251.58	299.42	6.69	6.11	0.70	53.07	0.00	0.23		
			Szőlő	404.44	96.76	0.72	0.36	0.00	21.72	0.00	0.01		
			Összesen:	2 897.49	693.18	34.25	15.89	2.79	102.21	20.74	1.89		
10/1/2026 csütörtök (00589)	Felsősz laktómentes Komló	E	Zöldséges karfiolleves	357.92	85.63	3.08	2.40	0.29	12.77	0.00	0.28		
			Húsos tészta (TEJMENTES)	2 349.81	562.16	23.09	23.65	6.35	63.37	2.98	0.96		
			Almapüré	221.54	53.00	0.30	0.00	0.00	12.00	12.00	0.00		
			Összesen:	2 929.27	700.79	26.47	26.05	6.64	88.14	14.98	1.24		

10/2/2026 péntek (00589) Felső laktózmentes Komló	E	Alföldi betyárgulyás (tejmentes)	961.45	230.01	14.52	9.61	2.42	20.79	0.00	1.21	 	
		Kakaós csiga (TEJMENTES)	2 680.71	641.32	13.81	11.03	1.50	120.76	40.64	0.58		
		Összesen:	3 642.16	871.33	28.33	20.64	3.92	141.55	40.64	1.79		

.....

Üzletvezető

.....

Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!