

Tételes étlap 2026.10.12. - 2026.10.18.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/12/2026 hétfő	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Zöldségleves	236.33	56.54	1.05	1.59	0.19	9.25	0.20	0.30		
			Paradicsomos káposzta (GLUTÉNMENTES)	1 263.63	302.30	5.35	6.90	0.89	51.51	25.72	0.70		
			Sertéssült	790.86	189.20	17.18	11.28	2.88	4.32	0.19	0.84		
			Banán	351.02	83.98	1.04	0.08	0.00	19.36	0.00	0.04		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Összesen:	3 153.89	754.52	26.07	21.40	4.16	107.94	27.26	2.73		
10/13/2026 kedd	(00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Zellerkrémleves (GLUTÉNMENTES)	344.28	82.36	2.49	2.85	0.57	10.84	0.05	0.76	  	
			Nagykunsági bojtár pecsenye (gluténment.)	1 157.91	277.01	18.57	12.48	3.40	7.09	0.60	0.70	  	
			Párolt rizs	1 259.00	301.20	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
			Összesen:	2 761.19	660.57	26.66	22.04	4.75	72.18	0.65	1.67		

10/14/2026 szerda (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Csontleves	232.69	55.67	1.64	0.94	0.03	10.02	0.24	0.30		
			Spenót, Főtt burgonya (GLUTÉNMENTES)	1 316.78	315.02	9.79	7.35	1.37	50.24	0.28	0.35	 	
			Főtt tojás	343.00	82.06	5.50	4.90	1.50	0.35	0.20	0.18		
			Gluténmentes baguett	512.05	122.50	1.45	1.55	0.20	23.50	1.15	0.85		
			Szilva	201.32	48.16	0.56	0.14	0.00	10.48	0.00	0.01		
			Összesen:	2 605.84	623.41	18.94	14.88	3.10	94.59	1.87	1.69		
10/15/2026 csütörtök (00532)	Alsós gluténmentes Komló	E	Felesborsóleves	580.13	138.79	6.38	2.05	0.28	23.26	0.22	0.66		
			Tarhonyás hús (GLUTÉNMENTES)	1 889.73	452.09	20.08	15.11	3.33	57.32	2.62	0.82		
			Uborka saláta	99.16	23.72	0.80	0.08	0.00	4.94	3.50	0.12		
			Összesen:	2 569.02	614.60	27.26	17.24	3.61	85.52	6.34	1.60		

10/16/2026 péntek (00532) Alsós gluténmentes Komló	E	Tárkonyos csirkeraguleves (GLUTÉNMENTES)	663.52	158.74	13.41	5.52	2.06	13.19	0.91	0.76		
		Pirított baconos sertésborda (gluténment.)	864.45	206.81	17.53	12.94	3.75	4.64	0.37	0.86		
		Sárgarépás rizs	1 292.63	309.24	5.84	6.75	0.79	55.87	0.00	1.03		
		Káposzta saláta	155.77	37.26	1.15	0.16	0.02	7.57	3.50	0.22		
		Összesen:	2 976.37	712.05	37.93	25.37	6.62	81.27	4.78	2.87		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!