

Tételes étlap 2026.10.19. - 2026.10.25.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/19/2026 hétfő	(00535) Felső A-menü Komló	E	Zöldséges reszeltészta leves	349.39	83.59	2.58	1.91	0.24	13.79	0.14	1.29		
			Tökmagos rántott hal	1 964.92	470.08	22.50	31.50	4.71	22.16	0.64	0.92		
			Jázmin rizs	1 399.27	334.75	5.92	7.30	0.90	60.80	0.10	0.20		
			Céklasaláta	108.26	25.90	0.49	0.07	0.00	5.74	4.34	0.53		
			Összesen:	3 821.84	914.32	31.49	40.78	5.85	102.49	5.22	2.94		
10/20/2026 kedd	(00535) Felső A-menü Komló	E	Daragaluskaleves	534.70	127.92	2.68	6.14	0.73	15.16	0.08	0.53		
			Firenzei spagetti	2 432.90	574.75	40.42	17.69	7.33	64.78	0.78	0.99		
			Pöttyös Rudi	431.38	103.20	2.85	5.64	4.59	11.79	11.46	0.33		
			Összesen:	3 398.98	805.87	45.95	29.47	12.65	91.73	12.32	1.85		
10/21/2026 szerda	(00535) Felső A-menü Komló	E	Zöldséges karfiolleves	380.30	90.98	3.22	2.42	0.30	13.86	0.65	0.36		
			Sertéspörkölt	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.34	0.54		
			Burgonyafőzelék	1 203.85	288.00	6.27	9.64	3.02	43.09	1.29	0.44		
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Összesen:	3 068.71	734.14	33.92	27.15	6.96	85.47	2.43	1.79		

.....	
Üzletvezető	Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!