

Tételes étlap 2026.10.26. - 2026.11.01.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
10/26/2026 hétfő	(00642)	E	Kertészleves	248.46	59.30	2.61	1.20	0.18	9.28	0.07	0.64		
			Sült csirkemell (par.mentes)	487.46	116.62	19.87	3.60	0.52	1.06	0.00	0.74		
			Petrezselymes burgonya	922.82	220.77	5.82	0.93	0.11	46.15	0.00	0.42		
			Céklasaláta	108.26	25.90	0.49	0.07	0.00	5.74	4.34	0.53		
			Gesztenye Marci	373.69	89.40	1.14	3.15	2.79	14.01	8.70	0.01		
			Almalé 100% HD	384.56	92.00	0.50	0.50	0.00	22.00	20.00	0.01		
			Összesen:	2 525.25	603.99	30.43	9.45	3.60	98.24	33.11	2.35		
10/27/2026 kedd	(00642)	E	Tarhonyaleves	287.81	68.85	1.87	1.77	0.17	10.98	0.00	0.68		
			Natúr szelet (paradicsommentes)	775.16	185.45	17.36	11.18	2.84	3.65	0.00	0.76		
			Magyaros zöldborsófőzelék	846.85	202.60	10.45	5.31	0.53	27.73	1.50	0.22		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Szilva	201.32	48.16	0.56	0.14	0.00	10.48	0.00	0.01		
			Összesen:	2 778.27	664.66	36.12	19.84	3.90	81.76	1.68	2.21		

10/28/2026 szerda (00642)	E	Alsós tej-paradicsommentes Komló	Köménymaglevés	487.13	116.54	1.63	3.39	0.39	18.51	0.69	0.61		
			Fokhagymás csirkecomb	556.83	133.21	16.80	6.95	1.37	0.72	0.00	0.98		
			Barna rizs	1 259.00	300.04	5.60	6.71	0.78	54.25	0.00	0.21		
			Csemege uborka	48.00	11.48	0.48	0.08	0.00	1.92	1.52	0.80		
			Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
			Összesen:	2 805.54	670.02	28.51	19.38	2.92	93.15	15.96	2.78		
10/29/2026 csütörtök (00642)	E	Alsós tej-paradicsommentes Komló	Zöldséges karalábéleves	312.41	74.60	2.44	1.79	0.24	11.88	0.07	0.28	 	
			Borsos tokány (par.mentes)	902.47	215.90	17.76	14.61	4.39	3.06	0.00	0.83		
			Tészta köret	1 328.26	317.77	9.10	6.18	0.95	56.00	0.07	0.54	 	
			Káposzta saláta	155.77	37.26	1.15	0.16	0.02	7.57	3.50	0.22		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	2 844.32	680.32	30.85	23.14	5.60	85.51	3.64	1.88		

10/30/2026 péntek (00642) Alsós tej-paradicsommentes Komló	E	Fejtett bableves sertéshússal (tejmentes)	772.83	184.89	12.95	6.39	1.54	18.59	0.01	0.75		
		Meggyes pite (TEJMENTES)	2 107.98	504.30	8.55	19.30	8.41	73.97	16.23	0.90		
		Összesen:	2 880.81	689.19	21.50	25.69	9.95	92.56	16.24	1.65		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!