

Tételes étlap 2026.11.09. - 2026.11.15.

	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
11/9/2026 hétfő	(00641)	E	Felső tej-tojásmentes Komló										
			Zöldségleves (tojásmentes)	283.50	67.82	1.22	2.09	0.25	10.73	0.24	0.31		
			Rakott kelkáposzta (tejmentes)	1 375.63	329.10	24.72	13.90	2.96	25.87	0.00	1.38		
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54		
			Szőlő	337.04	80.63	0.60	0.30	0.00	18.10	0.00	0.01		
			Alpro vaníliás desszert	454.58	108.75	4.00	2.25	0.38	17.75	13.75	0.18		
			Összesen:	3 117.88	745.90	36.42	19.98	3.95	101.37	14.17	2.42		
11/10/2026 kedd	(00641)	E	Felső tej-tojásmentes Komló										
			Zöldborsóleves (tojásmentes)	469.30	112.27	4.23	2.29	0.24	18.27	0.27	1.18		
			Sertéspörkölt	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.34	0.54		
			Tészta köret (tojásmentes)	1 332.44	318.77	3.20	5.92	0.72	61.60	2.69	0.74		
			Vitamin saláta	204.72	48.98	1.17	0.14	0.02	10.55	5.99	0.24		
			Összesen:	2 935.08	702.18	28.13	22.24	4.32	94.84	9.29	2.70		

11/11/2026 szerda (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Csontleves	276.58	66.17	2.03	1.26	0.04	11.53	0.27	0.31		
			Fehérbabfőzelék	1 305.78	312.39	17.06	5.53	0.65	48.23	0.00	0.21		
			Pirított baconos sertésborda	1 005.52	240.55	20.25	14.96	4.24	6.00	0.43	0.70	 	
			Teljes kiőrlésű kenyér	555.94	133.00	4.90	1.20	0.30	24.10	0.15	0.45		
			Alma	145.41	34.79	0.40	0.40	0.00	7.00	0.00	0.01		
			Összesen:	3 289.23	786.90	44.64	23.35	5.23	96.86	0.85	1.68		
11/12/2026 csütörtök (00641)	Felső tej-tojásmentes Komló	E	Paradicsom leves (tojásmentes)	723.93	173.19	2.06	4.07	0.45	30.93	18.59	0.84	 	
			Tavaszi rizseshús	2 155.96	515.78	25.24	15.23	3.31	68.74	0.00	1.81		
			Céklasaláta	123.73	29.60	0.56	0.08	0.00	6.56	4.96	0.60		
			Összesen:	3 003.62	718.57	27.86	19.38	3.76	106.23	23.55	3.25		

11/13/2026 péntek (00641) Felsős tej-tojásmentes Komló	E	Almás pite (TEJ-TOJÁSMENTES)	2 900.41	693.88	11.10	22.14	9.81	112.63	31.48	1.58		
		Korhelyleves sertéshússal lestyánnal (tejment.)	694.17	166.07	12.62	8.51	2.50	9.50	0.17	1.52		
		Összesen:	3 594.58	859.95	23.72	30.65	12.31	122.13	31.65	3.10		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntarjuk!