



Tételes étlap 2025.04.21. - 2025.04.27.														
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsír-sav (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár	
4/22/2025 kedd	(00578)	Felsőszűnidei étk. Komló	E	Daragaluskaleves	534.70	127.92	2.68	6.14	0.73	15.16	0.08	0.53		
			Baconos-sajtos hal	1 158.72	277.21	20.98	18.51	7.60	5.67	1.08	1.51			
			Spagetti	1 494.64	357.57	12.00	8.29	1.13	58.32	0.00	0.76			
			Összesen:	3 188.06	762.70	35.66	32.94	9.46	79.15	1.16	2.80			
4/23/2025 szerda	(00578)	Felsőszűnidei étk. Komló	E	Köménymagleves	350.70	83.90	1.48	4.35	1.16	8.83	0.14	0.10		
			Sertéspörkölt	928.62	222.16	19.53	13.89	3.34	4.42	0.34	0.54			
			Felesborsófőzelék	1 095.38	262.05	14.41	4.77	0.60	40.05	0.00	1.00			
			Teljes kiőrlésű kenyér	667.13	159.60	5.88	1.44	0.36	28.92	0.18	0.54			
			Mandarin	156.78	37.51	0.56	0.24	0.00	7.84	0.00	0.00			
			Összesen:	3 198.61	765.22	41.86	24.69	5.46	90.06	0.66	2.18			





4/24/2025 csütörtök (00578)	Felsőszünidei étk. Komló	E	Zellerkrémleves	475.63	113.79	3.74	3.75	0.65	15.67	0.65	0.48	    	
			Pirított tökmag	183.89	43.99	2.37	3.61	0.60	0.25	0.00	0.00		
			Szerb rizses csirkemell	2 176.80	520.77	29.22	15.17	1.86	66.15	0.34	0.54		
			Káposzta saláta	191.99	45.93	1.49	0.21	0.02	9.23	4.00	0.23		
			Összesen:	3 028.31	724.48	36.82	22.74	3.13	91.30	4.99	1.25		
4/25/2025 péntek (00578)	Felsőszünidei étk. Komló	E	Erdélyi csorbaleves	822.94	196.88	15.44	5.72	1.61	20.27	0.65	0.59	    	
			Túrós batyú	2 424.40	580.00	13.80	25.60	13.20	73.00	17.20	0.96		
			Banán	658.16	157.45	1.95	0.15	0.00	36.30	0.00	0.08		
			Összesen:	3 905.50	934.33	31.19	31.47	14.81	129.57	17.85	1.63		

.....
Üzletvezető

.....
Konyhafőnök

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

