

Felnőtt

# Étlap

2022. január 24 - 2022. január 28

2022.01.24 Hétfő	2022.01.25 Kedd	2022.01.26 Szerda	2022.01.27 Csütörtök	2022.01.28 Péntek
<p><b>Húsgaluskaleves<sup>1,3</sup>, Alma, Mákos nudli mirelitből<sup>1</sup></b></p> <p>E: 867kcal Tel.zsír.: 4,71g CH: 111,51g Só: 3,01g</p> <p>Zsír: 34,56g Feh.: 26,38g Cuk: g Ca: 445,09mg</p>	<p><b>Zöldbableves (zöldséges)<sup>1,7</sup>, Burgonyafőzelék<sup>1,7</sup>, Fasírt (sertés)<sup>1,3</sup></b></p> <p>E: 961kcal Tel.zsír.: 7,68g CH: 69,59g Só: 0,57g</p> <p>Zsír: 63,59g Feh.: 26,70g Cuk: g Ca: 151,72mg</p>	<p><b>Magyaros karalábéleves<sup>1,3</sup>, Vadas csirkeragu<sup>1,7,10</sup>, Tészta köret (spagetti)<sup>1</sup></b></p> <p>E: 780kcal Tel.zsír.: 3,32g CH: 96,26g Só: 1,94g</p> <p>Zsír: 27,10g Feh.: 35,74g Cuk: 3,00g Ca: 94,69mg</p>	<p><b>Csontleves cérnametél<sup>1,3</sup>, Székelykáposzta sertéshúsból<sup>1</sup>, Kenyér<sup>1</sup></b></p> <p>E: 859kcal Tel.zsír.: 0,59g CH: 101,90g Só: 4,37g</p> <p>Zsír: 31,72g Feh.: 37,80g Cuk: g Ca: 187,13mg</p>	<p><b>Gyömbéres trópusi gyümölcs leves<sup>1</sup>, Rántott hal (pangasius)<sup>1,3,4,7</sup>, Párolt rizs</b></p> <p>E: 1 143kcal Tel.zsír.: 2,94g CH: 192,72g Só: 0,61g</p> <p>Zsír: 21,99g Feh.: 36,42g Cuk: 49,27g Ca: 35,67mg</p>
<p>Energia: 867,22kcal Zsír: 34,56g Telített zsírsav: 4,71g Fehérje: 26,38g Szénhidrát: 111,51g Hozzáadott cukor: g Só: 3,01g Ca: 445,09mg</p>	<p>Energia: 961,37kcal Zsír: 63,59g Telített zsírsav: 7,68g Fehérje: 26,70g Szénhidrát: 69,59g Hozzáadott cukor: g Só: 0,57g Ca: 151,72mg</p>	<p>Energia: 780,45kcal Zsír: 27,10g Telített zsírsav: 3,32g Fehérje: 35,74g Szénhidrát: 96,26g Hozzáadott cukor: 3,00g Só: 1,94g Ca: 94,69mg</p>	<p>Energia: 858,90kcal Zsír: 31,72g Telített zsírsav: 0,59g Fehérje: 37,80g Szénhidrát: 101,90g Hozzáadott cukor: g Só: 4,37g Ca: 187,13mg</p>	<p>Energia: 1 142,50kcal Zsír: 21,99g Telített zsírsav: 2,94g Fehérje: 36,42g Szénhidrát: 192,72g Hozzáadott cukor: 49,27g Só: 0,61g Ca: 35,67mg</p>

A változtatás jogát fenntartjuk!

### Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona
2. Rákfélék és azokból készült termékek
3. Tojás és abból készült termékek
4. Halak és azokból készült termékek
5. Földimogyoró és abból készült termékek
6. Szójabab és abból készült termékek
7. Tej és abból készült termékek
8. Diófélék
9. Zeller és abból készült termékek
10. Mustár és abból készült termékek
11. Szezám és abból készült termékek
12. Kén-dioxid
13. Puhatestűek
14. Csillagfürt