

Felnőtt

## Étlap

2023. október 2 - 2023. október 6

2023.10.02 Hétfő	2023.10.03 Kedd	2023.10.04 Szerda	2023.10.05 Csütörtök	2023.10.06 Péntek
<b>Kolbászos lencseleves<sup>1,7,10</sup>, Lekváros bukta<sup>1,3</sup></b>  E: 829,82kcal Tel.zsír.: 10,59g CH: 97,45g Só: 1,23g  Zsír: 33,22g Feh.: 33,58g Cuk: 5,99g Ca: 30,00mg	<b>Zöldborsóleves<sup>1,3</sup>, Tökfőzelék<sup>1,7</sup>, Sertéspörkölt</b>  E: 808,77kcal Tel.zsír.: 4,02g CH: 52,33g Só: 0,34g  Zsír: 49,51g Feh.: 32,23g Cuk: g Ca: 30,00mg	<b>Csontleves cérnametéllel<sup>1,3</sup>, Natúr sertésszelet /karaj<sup>1</sup>, Piritott dara 1/2 adag<sup>1</sup>, Meggymártás<sup>1,7</sup></b>  E: 862,83kcal Tel.zsír.: 2,84g CH: 113,36g Só: 0,33g  Zsír: 27,39g Feh.: 36,69g Cuk: 19,98g Ca: 20,00mg	<b>Spárgakrémeleves<sup>1,3,7</sup>, Panírozott sattal töltött halporció<sup>1,2,3,4,6,7,9,10</sup>, zöldséges bulgur<sup>1</sup></b>  E: 894,26kcal Tel.zsír.: 2,13g CH: 114,91g Só: 1,34g  Zsír: 37,20g Feh.: 16,40g Cuk: g Ca: 10,00mg	<b>Paradicsomleves<sup>1,3</sup>, Rizseshús pulykahúsból, Csemege uborka</b>  E: 738,62kcal Tel.zsír.: 2,63g CH: 114,88g Só: 0,43g  Zsír: 17,18g Feh.: 30,33g Cuk: 5,00g Ca: mg
Energia: 829,82kcal Zsír: 33,22g Telített zsírsav: 10,59g Fehérje: 33,58g Szénhidrát: 97,45g Cukor: 5,99g Só: 1,23g Ca: 30,00mg	Energia: 808,77kcal Zsír: 49,51g Telített zsírsav: 4,02g Fehérje: 32,23g Szénhidrát: 52,33g Cukor: g Só: 0,34g Ca: 30,00mg	Energia: 862,83kcal Zsír: 27,39g Telített zsírsav: 2,84g Fehérje: 36,69g Szénhidrát: 113,36g Cukor: 19,98g Só: 0,33g Ca: 20,00mg	Energia: 894,26kcal Zsír: 37,20g Telített zsírsav: 2,13g Fehérje: 16,40g Szénhidrát: 114,91g Cukor: g Só: 1,34g Ca: 10,00mg	Energia: 738,62kcal Zsír: 17,18g Telített zsírsav: 2,63g Fehérje: 30,33g Szénhidrát: 114,88g Cukor: 5,00g Só: 0,43g Ca: mg

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. Szezámag és abból készült termékek
12. Kén-dioxid
13. Puhatestűek
14. Csillagfürt