

Felnőtt

# Étlap

**2023. december 11 - 2023. december 15**

2023.12.11 Hétfő	2023.12.12 Kedd	2023.12.13 Szerda	2023.12.14 Csütörtök	2023.12.15 Péntek
<p><b>Tárkonyos sertésragu leves<sup>1,7</sup>, Szilvásgombóc<sup>1,3</sup></b></p> <p>E: 883,15kcal Tel.zsír.: 1,85g CH: 139,79g Só: 0,62g</p> <p>Zsír: 22,64g Feh.: 26,24g Cuk: g Ca: 13,00mg</p>	<p><b>Zellerkrémleves 1<sup>1,3,7,9</sup>, Zöldborsós csirkemell tokány<sup>1</sup>, Párolt bulgur<sup>1</sup>, Csemege uborka</b></p> <p>E: 828,91kcal Tel.zsír.: 1,03g CH: 108,69g Só: 0,54g</p> <p>Zsír: 26,18g Feh.: 44,93g Cuk: g Ca: mg</p>	<p><b>Alföldi zöldségleves<sup>1,3,9</sup>, Szezámagos rántott borda<sup>1,3</sup>, Parajfőzelék<sup>1,7</sup>, Főtt burgonya fél adag</b></p> <p>E: 842,84kcal Tel.zsír.: 2,77g CH: 87,45g Só: 0,71g</p> <p>Zsír: 35,39g Feh.: 40,18g Cuk: g Ca: mg</p>	<p><b>Zöldbableves<sup>1,3,7</sup>, Rakott karfiol<sup>7</sup></b></p> <p>E: 770,79kcal Tel.zsír.: 7,58g CH: 57,74g Só: 0,26g</p> <p>Zsír: 47,18g Feh.: 27,52g Cuk: g Ca: 89,00mg</p>	<p><b>Hamis húsleves<sup>1,3</sup>, Sertésszelet vadas mártással<sup>1,7,10</sup>, Spagetti<sup>1</sup></b></p> <p>E: 786,59kcal Tel.zsír.: 3,52g CH: 101,43g Só: 0,68g</p> <p>Zsír: 24,53g Feh.: 35,10g Cuk: 2,00g Ca: 26,00mg</p>
<p>Energia: 883,15kcal Zsír: 22,64g Telített zsírsav: 1,85g Fehérje: 26,24g Szénhidrát: 139,79g Cukor: g Só: 0,62g Ca: 13,00mg</p>	<p>Energia: 828,91kcal Zsír: 26,18g Telített zsírsav: 1,03g Fehérje: 44,93g Szénhidrát: 108,69g Cukor: g Só: 0,54g Ca: mg</p>	<p>Energia: 842,84kcal Zsír: 35,39g Telített zsírsav: 2,77g Fehérje: 40,18g Szénhidrát: 87,45g Cukor: g Só: 0,71g Ca: mg</p>	<p>Energia: 770,79kcal Zsír: 47,18g Telített zsírsav: 7,58g Fehérje: 27,52g Szénhidrát: 57,74g Cukor: g Só: 0,26g Ca: 89,00mg</p>	<p>Energia: 786,59kcal Zsír: 24,53g Telített zsírsav: 3,52g Fehérje: 35,10g Szénhidrát: 101,43g Cukor: 2,00g Só: 0,68g Ca: 26,00mg</p>

A változtatás jogát fenntartjuk!

**Allergének:**

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