

# Felnőtt

# Étlap

**2024. november 18 - 2024. november 22**

2024.11.18 Hétfő	2024.11.19 Kedd	2024.11.20 Szerda	2024.11.21 Csütörtök	2024.11.22 Péntek
<p><b>Fejtett bableves<sup>1,3</sup>, Spagetti carbonara<sup>1,3,6,7,9,10</sup></b></p> <p>E: 817,77kcal Tel.zsír: 8,38g CH: 116,78g Só: 1,07g</p> <p>Zsír: 22,31g Feh.: 38,46g Cuk.: 3,44g Ca: 301,40mg</p>	<p><b>GombakréMLEVES<sup>1,7</sup>, Rakott karfiol<sup>7</sup>, Levesgyöngy betét<sup>1,3,7</sup></b></p> <p>E: 722,08kcal Tel.zsír: 11,33g CH: 47,75g Só: 1,34g</p> <p>Zsír: 40,78g Feh.: 38,17g Cuk.: 13,24g Ca: 360,64mg</p>	<p><b>Zellerleves (magyaros)<sup>1,3,9</sup>, Tejfölös pulykatokány<sup>1,7</sup>, Párolt bulgur<sup>1</sup></b></p> <p>E: 899,41kcal Tel.zsír: 5,92g CH: 105,47g Só: 0,28g</p> <p>Zsír: 38,81g Feh.: 35,72g Cuk.: 1,51g Ca: 82,64mg</p>	<p><b>Alföldi zöldségleves<sup>1,3,9</sup>, Zöldborsó főzelék<sup>1,7</sup>, Fasírt (sertés)<sup>1,3</sup></b></p> <p>E: 833,74kcal Tel.zsír: 3,91g CH: 65,92g Só: 0,68g</p> <p>Zsír: 43,73g Feh.: 41,72g Cuk.: 2,82g Ca: 132,89mg</p>	<p><b>Csontleves cérnametéllel<sup>1,3</sup>, Rántott sertés karaj<sup>1,3</sup>, Burgonyapüré<sup>7</sup>, Céklasaláta</b></p> <p>E: 761,16kcal Tel.zsír: 2,21g CH: 98,06g Só: 1,12g</p> <p>Zsír: 22,00g Feh.: 39,63g Cuk.: 19,38g Ca: 112,59mg</p>
<p>Energia: 817,77kcal Zsír: 22,31g Telített zsírsav: 8,38g Fehérje: 38,46g Szénhidrát: 116,78g Cukor: 3,44g Só: 1,07g Ca: 301,40mg</p>	<p>Energia: 722,08kcal Zsír: 40,78g Telített zsírsav: 11,33g Fehérje: 38,17g Szénhidrát: 47,75g Cukor: 13,24g Só: 1,34g Ca: 360,64mg</p>	<p>Energia: 899,41kcal Zsír: 38,81g Telített zsírsav: 5,92g Fehérje: 35,72g Szénhidrát: 105,47g Cukor: 1,51g Só: 0,28g Ca: 82,64mg</p>	<p>Energia: 833,74kcal Zsír: 43,73g Telített zsírsav: 3,91g Fehérje: 41,72g Szénhidrát: 65,92g Cukor: 2,82g Só: 0,68g Ca: 132,89mg</p>	<p>Energia: 761,16kcal Zsír: 22,00g Telített zsírsav: 2,21g Fehérje: 39,63g Szénhidrát: 98,06g Cukor: 9,39g Só: 1,12g Ca: 112,59mg</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