

## Felnőtt

## Étlap

2025. január 13 - 2025. január 17

2025.01.13 Hétfő	2025.01.14 Kedd	2025.01.15 Szerda	2025.01.16 Csütörtök	2025.01.17 Péntek
<b>Frankfurti leves<sup>1,3,6,7,9,10</sup>, Kevert almás süti<sup>1,3</sup></b>  E: 780,54kcal Tel.zsír: 4,25g CH: 96,95g Só: 0,31g  Zsír: 32,57g Feh.: 23,94g Cuk.: 16,83g Ca: 95,07mg	<b>Paradicsomleves ABC tészta<sup>1,3</sup>, Rántott hal (pangasius)<sup>1,3,4,7</sup>, Kukoricás rizs</b>  E: 742,35kcal Tel.zsír: 3,42g CH: 96,40g Só: 0,47g  Zsír: 24,96g Feh.: 28,81g Cuk.: 5,04g Ca: 17,27mg	<b>Lebbencsleves, Fejtettbabfőzelék<sup>1,7</sup>, Sertéspörkölt</b>  E: 876,26kcal Tel.zsír: 4,04g CH: 90,49g Só: 0,47g  Zsír: 31,35g Feh.: 45,09g Cuk.: 1,34g Ca: 74,11mg	<b>Zöldség krémleves<sup>1,7</sup>, Bolognai makaróni<sup>1,3,7</sup></b>  E: 812,82kcal Tel.zsír: 6,80g CH: 95,94g Só: 2,07g  Zsír: 29,51g Feh.: 39,24g Cuk.: 7,03g Ca: 157,58mg	<b>Húsleves<sup>1,3</sup>, Főtt hús sertés, Meggymártás<sup>1,7</sup>, Píritott dara<sup>1</sup></b>  E: 854,51kcal Tel.zsír: 2,80g CH: 127,79g Só: 0,77g  Zsír: 21,24g Feh.: 33,99g Cuk.: 46,59g Ca: 171,20mg
Energia: 780,54kcal Zsír: 32,57g Telített zsírsav: 4,25g Fehérje: 23,94g Szénhidrát: 96,95g Cukor: 6,84g Só: 0,31g Ca: 95,07mg	Energia: 742,35kcal Zsír: 24,96g Telített zsírsav: 3,42g Fehérje: 28,81g Szénhidrát: 96,40g Cukor: 0,05g Só: 0,47g Ca: 17,27mg	Energia: 876,26kcal Zsír: 31,35g Telített zsírsav: 4,04g Fehérje: 45,09g Szénhidrát: 90,49g Cukor: 1,34g Só: 0,47g Ca: 74,11mg	Energia: 812,82kcal Zsír: 29,51g Telített zsírsav: 6,80g Fehérje: 39,24g Szénhidrát: 95,94g Cukor: 6,71g Só: 2,07g Ca: 157,58mg	Energia: 854,51kcal Zsír: 21,24g Telített zsírsav: 2,80g Fehérje: 33,99g Szénhidrát: 127,79g Cukor: 26,61g Só: 0,77g Ca: 171,20mg

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