

Felnőtt

Étlap

2025. szeptember 15 - 2025. szeptember 19

2025.09.15 Hétfő	2025.09.16 Kedd	2025.09.17 Szerda	2025.09.18 Csütörtök	2025.09.19 Péntek
Hamis gulyásleves^{1,3}, Spagetti carbonara^{1,3,6,7,9,10} E: 818kcal Tel.zsír.: 8g CH: 120g Só: 1,0g Zsír: 22g Feh.: 31g Cuk.: 2g Ca: 265mg	Tavaszi zöldségleves^{1,3,9}, Kelkáposzta főzelék¹, Húsgombóc³ E: 689kcal Tel.zsír.: 3g CH: 71g Só: 0,4g Zsír: 31g Feh.: 28g Cuk.: 9g Ca: 137mg	Csontleves cérnametélttel^{1,3,9}, Rakott brokkoli bulgurral^{1,3,7} E: 667kcal Tel.zsír.: 4g CH: 73g Só: 1,5g Zsír: 26g Feh.: 38g Cuk.: 6g Ca: 326mg	Tejfölös burgonyaleves^{1,7}, Sárgaborsó főzelék¹, Pulykapörkölt¹ E: 873kcal Tel.zsír.: 5g CH: 81g Só: 0,3g Zsír: 39g Feh.: 46g Cuk.: 1g Ca: 86mg	Eperkrémleves⁷, Rántott csirkemell^{1,3}, Kukoricás rizs, Csemege uborka E: 887kcal Tel.zsír.: 3g CH: 101g Só: 0,6g Zsír: 32g Feh.: 44g Cuk.: 9g Ca: 249mg
Energia: 817,93kcal Zsír: 22,31g Telített zsírsav: 8,08g Fehérje: 30,56g Szénhidrát: 119,84g Cukor: 2,04g Só: 1,02g Ca: 265,20mg	Energia: 689,02kcal Zsír: 31,42g Telített zsírsav: 2,94g Fehérje: 27,68g Szénhidrát: 71,24g Cukor: 8,56g Só: 0,41g Ca: 136,86mg	Energia: 667,25kcal Zsír: 25,84g Telített zsírsav: 4,02g Fehérje: 38,10g Szénhidrát: 72,71g Cukor: 5,51g Só: 1,45g Ca: 326,12mg	Energia: 873,16kcal Zsír: 39,43g Telített zsírsav: 4,81g Fehérje: 46,06g Szénhidrát: 80,79g Cukor: 1,29g Só: 0,31g Ca: 86,20mg	Energia: 887,03kcal Zsír: 31,78g Telített zsírsav: 2,99g Fehérje: 43,76g Szénhidrát: 101,34g Cukor: 0,52g Só: 0,62g Ca: 248,95mg

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. Szezámmag és abból készült termékek

12. Kén-dioxid

13. Puhatestűek

14. Csillagfűrt