

Felnőtt

Étlap

2025. szeptember 22 - 2025. szeptember 26

2025.09.22 Hétfő	2025.09.23 Kedd	2025.09.24 Szerda	2025.09.25 Csütörtök	2025.09.26 Péntek
Palócleves^{1,3,7}, Káposztás tészta^{1,3} E: 883kcal Tel.zsír.: 4g CH: 125g Só: 0,4g Zsír: 25g Feh.: 36g Cuk.: 20g Ca: 107mg	Hamis húsleves^{1,3,9}, Parajfőzelék^{1,7}, Főtt tojás³, Főtt burgonya E: 785kcal Tel.zsír.: 3g CH: 111g Só: 0,7g Zsír: 24g Feh.: 27g Cuk.: 3g Ca: 434mg	Fahéjas meggyleves¹, Sertésragu jóasszony módra, Párolt bulgur¹ E: 811kcal Tel.zsír.: 3g CH: 87g Só: 0,2g Zsír: 41g Feh.: 25g Cuk.: 18g Ca: 94mg	Köménymagleves kenyérkockával¹, Paprikás burgonya virslivel^{3,6,7,9,10}, Csemege uborka E: 722kcal Tel.zsír.: 4g CH: 93g Só: 0,3g Zsír: 29g Feh.: 21g Cuk.: 5g Ca: 85mg	Zöldborsóleves^{1,3}, Roston sült hal (pangasiusi)^{1,4}, Tejszínes (növényi) mártás halhoz¹, Párolt rizs fél adag E: 894kcal Tel.zsír.: 5g CH: 101g Só: 0,5g Zsír: 38g Feh.: 29g Cuk.: 12g Ca: 51mg
Energia: 883,41kcal Zsír: 25,41g Telített zsírsav: 3,79g Fehérje: 35,76g Szénhidrát: 124,62g Cukor: 20,40g Só: 0,45g Ca: 107,26mg	Energia: 785,25kcal Zsír: 24,13g Telített zsírsav: 2,65g Fehérje: 26,89g Szénhidrát: 110,98g Cukor: 3,24g Só: 0,67g Ca: 433,58mg	Energia: 811,32kcal Zsír: 41,12g Telített zsírsav: 3,04g Fehérje: 24,58g Szénhidrát: 87,38g Cukor: 11,03g Só: 0,18g Ca: 93,83mg	Energia: 721,62kcal Zsír: 28,59g Telített zsírsav: 3,95g Fehérje: 20,71g Szénhidrát: 92,99g Cukor: 4,67g Só: 0,26g Ca: 84,58mg	Energia: 894,05kcal Zsír: 38,42g Telített zsírsav: 4,60g Fehérje: 29,05g Szénhidrát: 101,21g Cukor: 2,32g Só: 0,50g Ca: 50,88mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona

2. Rákfélék és azoból készült termékek

3. Tojás és abból készült termékek

4. Halak és azoból 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. Csillagfűrt