

Felnőtt

Étlap

2026. január 5 - 2026. január 9

2026.01.05 Hétfő	2026.01.06 Kedd	2026.01.07 Szerda	2026.01.08 Csütörtök	2026.01.09 Péntek
Zöldbableves^{1,3,7}, Tarhonyáshús¹, Csemege uborka E: 830kcal, Zsír: 25g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 39g, CH: 109g, Cuk.: 2g, Só: 0,2g, Ca: 49mg	Grízgaluska leves, Sárgaborsó főzelék¹, Csirkepörkölt comb filéből E: 750kcal, Zsír: 36g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 39g, CH: 66g, Cuk.: 4g, Só: 0,2g, Ca: 74mg	Csurgatott tésztalesves^{1,3}, Rakott kelkáposzta⁷ E: 756kcal, Zsír: 37g, Tel.zsír.: 6g, Feh.: 35g, CH: 67g, Cuk.: 14g, Só: 0,6g, Ca: 240mg	Tojásleves^{1,3}, Paprikás burgonya virslivel^{3,6,7,9,10} E: 647kcal, Zsír: 22g, Tel.zsír.: 1g, Feh.: 20g, CH: 91g, Cuk.: 2g, Só: 0,1g, Ca: 76mg	Karfiolkrémleves^{1,7}, Mexikói rizs, Magvas rántott csirkemell^{1,3} E: 885kcal, Zsír: 37g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 43g, CH: 90g, Cuk.: 1g, Só: 1,4g, Ca: 99mg
Energia: 829,88kcal Zsír: 24,56g Telített zsírsav: 2,31g Fehérje: 38,74g Szénhidrát: 108,66g Cukor: 1,91g Só: 0,25g Ca: 48,98mg	Energia: 750,40kcal Zsír: 35,74g Telített zsírsav: 4,17g Fehérje: 39,49g Szénhidrát: 66,17g Cukor: 3,61g Só: 0,24g Ca: 73,70mg	Energia: 756,08kcal Zsír: 37,30g Telített zsírsav: 6,45g Fehérje: 35,21g Szénhidrát: 66,78g Cukor: 14,02g Só: 0,60g Ca: 239,86mg	Energia: 647,23kcal Zsír: 21,87g Telített zsírsav: 1,36g Fehérje: 19,89g Szénhidrát: 90,59g Cukor: 2,01g Só: 0,12g Ca: 76,23mg	Energia: 884,71kcal Zsír: 37,06g Telített zsírsav: 3,72g Fehérje: 43,00g Szénhidrát: 90,48g Cukor: 1,24g Só: 1,36g Ca: 98,62mg

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. Csillagfürt