

Felnőtt

Étlap

2026. január 19 - 2026. január 23

2026.01.19 Hétfő	2026.01.20 Kedd	2026.01.21 Szerda	2026.01.22 Csütörtök	2026.01.23 Péntek
Húsgaluska leves sertésből^{1,3,9}, Alma, Mákos szilvás gombóc^{1,3} E: 741kcal, Zsír: 12g, Tel.zsír.: 2g, Feh.: 25g, CH: 131g, Cuk.: 13g, Só: 2,2g, Ca: 194mg	Tarhonyaleves^{1,3}, Sült lecsókolbász⁶, Fejtett babfőzelék^{1,7} E: 824kcal, Zsír: 34g, Tel.zsír.: 8g, Feh.: 37g, CH: 93g, Cuk.: 2g, Só: 1,8g, Ca: 150mg	Karfiol leves^{1,3}, Rántott trappista háromszög^{3,7}, Petrezselymes rizs, Tartármártás^{3,7,10} E: 694kcal, Zsír: 36g, Tel.zsír.: 4g, Feh.: 11g, CH: 81g, Cuk.: 6g, Só: 3,1g, Ca: 53mg	Húsleves cércnametélttel^{1,3}, Töltött káposzta^{1,3,7} E: 505kcal, Zsír: 22g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 28g, CH: 45g, Cuk.: 14g, Só: 0,6g, Ca: 185mg	Zöldségkrémleves^{1,3,7,9}, Lecsós csirkemáj, Főtt burgonya, Csemege uborka E: 698kcal, Zsír: 19g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 37g, CH: 92g, Cuk.: 6g, Só: 1,0g, Ca: 116mg
Energia: 741,44kcal Zsír: 11,94g Telített zsírsav: 1,75g Fehérje: 24,72g Szénhidrát: 131,07g Cukor: 13,33g Só: 2,20g Ca: 194,10mg	Energia: 823,80kcal Zsír: 33,74g Telített zsírsav: 8,43g Fehérje: 36,80g Szénhidrát: 93,47g Cukor: 1,99g Só: 1,77g Ca: 149,60mg	Energia: 694,15kcal Zsír: 35,77g Telített zsírsav: 4,22g Fehérje: 11,07g Szénhidrát: 81,26g Cukor: 5,62g Só: 3,08g Ca: 52,52mg	Energia: 504,63kcal Zsír: 22,21g Telített zsírsav: 3,10g Fehérje: 28,32g Szénhidrát: 45,37g Cukor: 13,70g Só: 0,58g Ca: 185,45mg	Energia: 697,69kcal Zsír: 19,28g Telített zsírsav: 3,26g Fehérje: 36,93g Szénhidrát: 92,24g Cukor: 5,99g Só: 1,00g Ca: 115,54mg

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