

Felnőtt

Étlap

2026. június 1 - 2026. június 5

Étkezés	2026.06.01 Hétfő	2026.06.02 Kedd	2026.06.03 Szerda	2026.06.04 Csütörtök	2026.06.05 Péntek
Ebéd	Húsgaluska leves sertésből ^{1,3,9} , Alma, Mákos tészta ^{1,3} E: 879kcal Tel.zsír.: 5g CH: 119g Só: 0,4g Zsír: 25g Feh.: 40g Cuk.: 13g Ca: 455mg	KarfiolkréMLEVES ^{1,7} , Bácskai rizses máj, Levesgyöngy ^{1,3,7} , Vegyes vágott E: 705kcal Tel.zsír.: 2g CH: 110g Só: 3,4g Zsír: 22g Feh.: 22g Cuk.: g Ca: 7mg	Magyaros zöldbableves ^{1,3} , Tököfzelék ^{1,7} , Dinószaurusz ^{1,3,6,7} E: 655kcal Tel.zsír.: 8g CH: 66g Só: 0,4g Zsír: 63g Feh.: 22g Cuk.: 3g Ca: 154mg	Fahéjas almaleves ¹ , Paprikás burgonya kolbásszal ⁶ , Csemege uborka E: 878kcal Tel.zsír.: 8g CH: 111g Só: 1,9g Zsír: 35g Feh.: 24g Cuk.: 24g Ca: 115mg	Hamis húsleves ^{1,3,9} , Vadas csirkeragu ^{1,7,10} , Párolt bulgur ¹ E: 726kcal Tel.zsír.: 4g CH: 87g Só: 0,6g Zsír: 26g Feh.: 38g Cuk.: 7g Ca: 84mg
Energia:	879,29kcal	704,68kcal	655,46kcal	878,19kcal	726,29kcal
Zsír:	25,43g	22,04g	62,76g	35,10g	25,96g
Telített zsírsav:	4,64g	2,29g	8,37g	7,83g	3,83g
Fehérje:	39,96g	21,90g	21,98g	23,73g	37,79g
Szénhidrát:	119,33g	109,90g	66,19g	110,66g	87,15g
Cukor:	13,33g	g	2,80g	3,64g	4,36g
Só:	0,38g	3,44g	0,40g	1,88g	0,61g
Ca (tej):	mg	mg	65,00mg	mg	20,00mg

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. Csillagfűrt

A változtatás jogát fenntartjuk!