

## Felnőtt

# Étlap

**2023. október 30 - 2023. november 3**

2023.10.30 Hétfő	2023.10.31 Kedd	2023.11.02 Csütörtök	2023.11.03 Péntek
<p><b>Tárkonyos Csirkeraguleves<sup>1,7</sup>, Burgonyás tészta<sup>1,3</sup>, Céklasaláta</b></p> <p>E: 877,49kcal Tel.zsír.: 4,62g CH: 119,68g Só: 0,67g</p> <p>Zsír: 26,53g Feh.: 36,54g Cuk: 5,00g Ca: 26,00mg</p>	<p><b>Zöldbableves<sup>1,3,7</sup>, Szezámagos rántott halfilé<sup>1,3,4</sup>, Rizi-bizi</b></p> <p>E: 809,95kcal Tel.zsír.: 6,37g CH: 99,56g Só: 0,48g</p> <p>Zsír: 29,34g Feh.: 32,29g Cuk: g Ca: 39,00mg</p>	<p><b>Sütőtökrémleves piritott maggal<sup>1,7</sup>, Pásztortarhonya<sup>1,6,10</sup></b></p> <p>E: 849,15kcal Tel.zsír.: 6,94g CH: 106,17g Só: 1,59g</p> <p>Zsír: 32,26g Feh.: 29,39g Cuk: 1,00g Ca: mg</p>	<p><b>Magyaros burgonyaleves<sup>1,3,7,9</sup>, Finomfőzelék<sup>1,7</sup>, Pulykapaprikás<sup>1,7</sup></b></p> <p>E: 715,69kcal Tel.zsír.: 7,22g CH: 63,23g Só: 0,89g</p> <p>Zsír: 34,06g Feh.: 33,38g Cuk: g Ca: 55,00mg</p>
<p>Energia: 877,49kcal Zsír: 26,53g Telített zsírsav: 4,62g Fehérje: 36,54g Szénhidrát: 119,68g Cukor: 5,00g Só: 0,67g Ca: 26,00mg</p>	<p>Energia: 809,95kcal Zsír: 29,34g Telített zsírsav: 6,37g Fehérje: 32,29g Szénhidrát: 99,56g Cukor: g Só: 0,48g Ca: 39,00mg</p>	<p>Energia: 849,15kcal Zsír: 32,26g Telített zsírsav: 6,94g Fehérje: 29,39g Szénhidrát: 106,17g Cukor: 1,00g Só: 1,59g Ca: mg</p>	<p>Energia: 715,69kcal Zsír: 34,06g Telített zsírsav: 7,22g Fehérje: 33,38g Szénhidrát: 63,23g Cukor: g Só: 0,89g Ca: 55,00mg</p>

A változtatás jogát fenntartjuk!

### Allergének:

- |   |  |
|---|--|
| 1. Glutént tartalmazó gabona              | 8. Diófélék                            |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek   | 9. Zeller és abból készült termékek    |
| 3. Tojás és abból készült termékek        | 10. Mustár és abból készült termékek   |
| 4. Halak és azokból készült termékek      | 11. Szezámag és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid                         |
| 6. Szójabab és abból készült termékek     | 13. Puhatestűek                        |
| 7. Tej és abból készült termékek          | 14. Csillagfürt                        |