

Felnőtt

## Étlap

2024. augusztus 26 - 2024. augusztus 30

2024.08.26 Hétfő	2024.08.27 Kedd	2024.08.28 Szerda	2024.08.29 Csütörtök	2024.08.30 Péntek
<b>Kolbászos lencseleves<sup>1,6,7,10,</sup></b> <b>Almás linzer<sup>1,3,7</sup></b>  E: 849,70kcal Tel.zsír: 10,55g CH: 104,59g Só: 1,74g  Zsír: 35,87g Feh.: 24,61g Cuk.: 21,64g Ca: 35,00mg	<b>Csontleves eperlevélell<sup>1,3,</sup></b> <b>Spenótos csirkés csőbensült</b> <b>tészta<sup>1,3,7</sup></b>  E: 730,76kcal Tel.zsír: 5,59g CH: 78,01g Só: 0,79g  Zsír: 24,57g Feh.: 43,47g Cuk.: 7,30g Ca: 130,00mg	<b>Csurgatott tojásleves<sup>1,3,</sup></b> <b>Zöldborsó főzelék<sup>1,7,</sup> Fasírt</b> <b>(sertés)<sup>1,3</sup></b>  E: 767,80kcal Tel.zsír: 3,97g CH: 52,82g Só: 0,67g  Zsír: 43,61g Feh.: 38,75g Cuk.: 0,48g Ca: mg	<b>Alföldi zöldségleves<sup>1,3,9,</sup></b> <b>Gombás tejfölös tokány<sup>1,7,</sup></b> <b>Párolt bulgur<sup>1</sup></b>  E: 858,22kcal Tel.zsír: 3,60g CH: 87,29g Só: 0,32g  Zsír: 43,86g Feh.: 30,79g Cuk.: 4,22g Ca: 13,00mg	<b>Gyümölcsleves alma+meggy<sup>1,7,</sup></b> <b>Párizsi csirkemell<sup>1,3,7,</sup></b> <b>Burgonyapüré<sup>7,</sup> Csemege</b> <b>uborka</b>  E: 818,88kcal Tel.zsír: 5,71g CH: 88,28g Só: 0,25g  Zsír: 33,86g Feh.: 34,09g Cuk.: 22,40g Ca: 26,00mg
Energia: 849,70kcal Zsír: 35,87g Telített zsírsav: 10,55g Fehérje: 24,61g Szénhidrát: 104,59g Cukor: 1,66g Só: 1,74g Ca: 35,00mg	Energia: 730,76kcal Zsír: 24,57g Telített zsírsav: 5,59g Fehérje: 43,47g Szénhidrát: 78,01g Cukor: 7,30g Só: 0,79g Ca: 130,00mg	Energia: 767,80kcal Zsír: 43,61g Telített zsírsav: 3,97g Fehérje: 38,75g Szénhidrát: 52,82g Cukor: 0,48g Só: 0,67g Ca: mg	Energia: 858,22kcal Zsír: 43,86g Telített zsírsav: 3,60g Fehérje: 30,79g Szénhidrát: 87,29g Cukor: 4,22g Só: 0,32g Ca: 13,00mg	Energia: 818,88kcal Zsír: 33,86g Telített zsírsav: 5,71g Fehérje: 34,09g Szénhidrát: 88,28g Cukor: 1,42g Só: 0,25g Ca: 26,00mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

**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