

Felnőtt

# Étlap

**2025. március 10 - 2025. március 14**

2025.03.10 Hétfő	2025.03.11 Kedd	2025.03.12 Szerda	2025.03.13 Csütörtök	2025.03.14 Péntek
<p><b>Halgombóc leves<sup>1,3,4,7</sup>, Sajtos tejfölös makaroni<sup>1,3,7</sup></b></p> <p>E: 725kcal Tel.zsír.: 11g CH: 76g Só: 1,4g</p> <p>Zsír: 30g Feh.: 36g Cuk.: 2g Ca: 271mg</p>	<p><b>Karalábé leves<sup>1,3</sup>, Rakott zöldbab<sup>7</sup></b></p> <p>E: 699kcal Tel.zsír.: 11g CH: 46g Só: 1,6g</p> <p>Zsír: 38g Feh.: 40g Cuk.: 4g Ca: 382mg</p>	<p><b>SpárgakréMLEVES<sup>1,3,7</sup>, LeCSós csirkemáj, Főtt burgonya, Csemege uborka</b></p> <p>E: 673kcal Tel.zsír.: 3g CH: 84g Só: 0,4g</p> <p>Zsír: 22g Feh.: 34g Cuk.: 1g Ca: 80mg</p>	<p><b>Grízgaluska leves, Zöldborsó főzelék<sup>1,7</sup>, Fasírt (sertés)<sup>1,3</sup></b></p> <p>E: 861kcal Tel.zsír.: 5g CH: 62g Só: 0,8g</p> <p>Zsír: 49g Feh.: 41g Cuk.: 4g Ca: 122mg</p>	<p><b>Jókai bableves<sup>1,6,7,9</sup>, Kossuth kifli deJó szórattal<sup>1,3</sup></b></p> <p>E: 810kcal Tel.zsír.: 9g CH: 96g Só: 1,5g</p> <p>Zsír: 34g Feh.: 24g Cuk.: 24g Ca: 64mg</p>
<p>Energia: 724,52kcal Zsír: 29,96g Telített zsírsav: 10,99g Fehérje: 35,67g Szénhidrát: 75,55g Cukor: 1,43g Só: 1,38g Ca: 271,43mg</p>	<p>Energia: 699,14kcal Zsír: 38,27g Telített zsírsav: 11,39g Fehérje: 40,03g Szénhidrát: 46,37g Cukor: 4,03g Só: 1,57g Ca: 381,97mg</p>	<p>Energia: 672,86kcal Zsír: 21,94g Telített zsírsav: 2,72g Fehérje: 33,60g Szénhidrát: 84,07g Cukor: 1,05g Só: 0,44g Ca: 79,84mg</p>	<p>Energia: 860,94kcal Zsír: 48,96g Telített zsírsav: 5,13g Fehérje: 40,54g Szénhidrát: 62,08g Cukor: 3,63g Só: 0,78g Ca: 122,29mg</p>	<p>Energia: 809,65kcal Zsír: 34,27g Telített zsírsav: 8,61g Fehérje: 23,83g Szénhidrát: 96,44g Cukor: 2,60g Só: 1,51g Ca: 64,27mg</p>

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. Csillagfürt