

Felnőtt

Étlap

2026. február 23 - 2026. február 27

Étkezés	2026.02.23 Hétfő	2026.02.24 Kedd	2026.02.25 Szerda	2026.02.26 Csütörtök	2026.02.27 Péntek
Ebéd	Frankfurti leves ^{1,3,6,7,9,10} , Kakaós kocka házi ^{1,3} E: 897kcal, Zsír: 43g, Tel.zsír.: 6g, Feh.: 20g, CH: 108g, Cuk.: 9g, Só: 0,7g, Ca: 90mg	Erdei gombaleves tészta ^{val.1,3,7} , Sárgarépas rizs, Töltött sertésszelet ^{1,3} , Vegyes vágott E: 890kcal, Zsír: 35g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 40g, CH: 104g, Cuk.: 5g, Só: 1,7g, Ca: 81mg	Alföldi zöldségleves ^{1,3,9} , Zöldborsó főzelék ^{1,7} , Dinószaurusz ^{1,3,6,7} E: 744kcal, Zsír: 54g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 34g, CH: 95g, Cuk.: 12g, Só: 0,2g, Ca: 113mg	Karfiol leves ^{1,3} , Tejfölös csirkepörkölt tészta ^{val.1,3,7} , Csemege uborka E: 777kcal, Zsír: 24g, Tel.zsír.: 6g, Feh.: 43g, CH: 94g, Cuk.: 10g, Só: 0,5g, Ca: 140mg	Erőleves csigatészta ^{val.1,3} , Meggymártás ^{1,7} , Főtt hús, Pirított dara ¹ E: 819kcal, Zsír: 21g, Tel.zsír.: 3g, Feh.: 33g, CH: 120g, Cuk.: 38g, Só: 0,9g, Ca: 113mg
Energia:	896,61kcal	889,74kcal	743,57kcal	777,27kcal	819,30kcal
Zsír:	42,64g	35,36g	54,10g	23,93g	21,24g
Telített zsírsav:	6,26g	3,47g	3,31g	5,63g	2,99g
Fehérje:	19,55g	39,68g	34,16g	43,07g	33,38g
Szénhidrát:	108,04g	104,23g	95,49g	94,41g	119,87g
Cukor:	3,20g	5,00g	2,51g	10,01g	17,94g
Só:	0,73g	1,73g	0,17g	0,47g	0,91g
Ca:	90,01mg	80,60mg	112,86mg	140,04mg	112,70mg

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. Szezámmag és abból készült termékek

12. Kén-dioxid

13. Puhatestűek

14. Csillagfűrt