

Felnőtt

Étlap

2026. április 6 - 2026. április 10

Étkezés	2026.04.07 Kedd	2026.04.08 Szerda	2026.04.09 Csütörtök	2026.04.10 Péntek
Ebéd	Palócleves sertéshússal ^{1,3,7} , Dejós tészta ^{1,3} E: 892kcal Tel.zsír.: 4g CH: 103g Só: 0,5g Zsír: 36g Feh.: 37g Cuk.: 5g Ca: 95mg	Reszelt tészta leves ^{1,3} , Sárgaborsó főzelék ¹ , Pulykapörkölt ¹ E: 784kcal Tel.zsír.: 3g CH: 81g Só: 0,5g Zsír: 31g Feh.: 44g Cuk.: 7g Ca: 97mg	Erőleves ^{1,3,9} , Rakott brokkoli ⁷ E: 693kcal Tel.zsír.: 11g CH: 53g Só: 2,7g Zsír: 33g Feh.: 44g Cuk.: 2g Ca: 550mg	Eperkrémleves ⁷ , Petrezselymes burgonya, Töltött felső csirkecomb ^{1,3} , Csemege uborka E: 859kcal Tel.zsír.: 2g CH: 105g Só: 1,1g Zsír: 27g Feh.: 45g Cuk.: 20g Ca: 316mg
Energia:	892,20kcal	783,62kcal	692,75kcal	858,53kcal
Zsír:	35,56g	30,82g	32,55g	26,53g
Telített zsírsav:	4,22g	2,51g	10,54g	2,12g
Fehérje:	37,39g	43,74g	43,62g	44,95g
Szénhidrát:	102,60g	81,04g	53,33g	105,34g
Cukor:	3,39g	6,53g	1,93g	3,67g
Só:	0,46g	0,46g	2,69g	1,12g
Ca:	95,36mg	97,21mg	549,84mg	316,23mg

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változtatás jogát fenntartjuk!