

Vendég

## Étlap

2024. december 9 - 2024. december 15

Étkezés	2024.12.09 Hétfő	2024.12.10 Kedd	2024.12.11 Szerda	2024.12.12 Csütörtök	2024.12.13 Péntek	2024.12.14 Szombat
<b>Ebéd</b>	<b>Frankfurti leves<sup>1,7</sup></b> <b>Gríz (darás) tészta<sup>1,3</sup></b> <b>Csemege uborka</b> E: 843kcal      Zsír: 28,80g Tel.zsír: 2,35g      Feh.: 30,21g CH: 112,63g      H.Cuk: 3,28g Só: 1,73g      Ca: 142,09mg	<b>Szilvaleves<sup>1,7</sup></b> <b>Tarhonyás hús</b> <b>sertésből<sup>1,3</sup></b> <b>Vágott vegyes</b> <b>savanyúság</b> E: 835kcal      Zsír: 24,98g Tel.zsír: 1,86g      Feh.: 43,69g CH: 104,46g      H.Cuk: 11,99g Só: 0,35g      Ca: 77,27mg	<b>Csontleves<sup>1,3</sup></b> <b>Töltött paprika</b> <b>paradicsommártással<sup>1,3,9</sup></b> E: 767kcal      Zsír: 29,64g Tel.zsír: 0,10g      Feh.: 29,00g CH: 78,50g      H.Cuk: 10,00g Só: 1,37g      Ca: 48,70mg	<b>Reszelttészta - leves<sup>1,3,9</sup></b> <b>Hagymás burgonya</b> <b>Tavaszi vagdalt<sup>1,3</sup></b> <b>savanyúság-cékla<sup>10</sup></b> E: 892kcal      Zsír: 27,15g Tel.zsír: g      Feh.: 30,74g CH: 103,40g      H.Cuk: 0,66g Só: 0,95g      Ca: 84,04mg	<b>Brokkoli leves<sup>1,9</sup></b> <b>Boszorkány pecsenye<sup>1,7</sup></b> <b>Párolt rizs</b> E: 855kcal      Zsír: 32,85g Tel.zsír: 4,59g      Feh.: 33,30g CH: 101,87g      H.Cuk: 0,42g Só: 1,43g      Ca: 122,98mg	<b>Zöldségleves<sup>1,9</sup></b> <b>Sárgaborsó főzelék<sup>1</sup></b> <b>Sertés apró<sup>1</sup></b> E: 767kcal      Zsír: 32,99g Tel.zsír: 1,14g      Feh.: 43,48g CH: 72,08g      H.Cuk: 1,13g Só: 0,38g      Ca: 42,85mg
Energia:	842,96kcal	835,06kcal	767,32kcal	891,88kcal	854,87kcal	766,58kcal
Zsír:	28,80g	24,98g	29,64g	27,15g	32,85g	32,99g
Telített zsírsav:	2,35g	1,86g	0,10g	g	4,59g	1,14g
Fehérje:	30,21g	43,69g	29,00g	30,74g	33,30g	43,48g
Szénhidrát:	112,63g	104,46g	78,50g	103,40g	101,87g	72,08g
Hozzáadott cukor:	3,28g	11,99g	10,00g	0,66g	0,42g	1,13g
Só:	1,73g	0,35g	1,37g	0,95g	1,43g	0,38g
Ca:	142,09mg	77,27mg	48,70mg	84,04mg	122,98mg	42,85mg

**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

A változás jogát fenntartjuk!