

Vendég

## Étlap

2025. április 14 - 2025. április 18

Étkezés	2025.04.14 Hétfő	2025.04.15 Kedd	2025.04.16 Szerda	2025.04.17 Csütörtök	2025.04.18 Péntek
<b>Ebéd</b>	Lebbencsleves zöldséggel <sup>1,3</sup> E: 216kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, H.Cuk: 0g, Só: 0,4g Tökfőzelék <sup>1,7</sup> E: 242kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 34g, H.Cuk: 0g, Só: 1,1g Sertés pörkölt feltét <sup>1</sup> E: 236kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 0g, Feh.: 23g, CH: 10g, H.Cuk: 0g, Só: 0,3g	Tojásleves <sup>1,3</sup> E: 129kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 5g, H.Cuk: 0g, Só: 0,1g Rakott karfiol bulgurral <sup>7,9</sup> E: 693kcal, Zsír: 39g, T.zsír: 0g, Feh.: 31g, CH: 55g, H.Cuk: 1g, Só: 0,4g	Sárgaborsó leves <sup>1,9</sup> E: 161kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 20g, H.Cuk: 0g, Só: 1,0g Sertéshúsos penne <sup>1,3</sup> E: 586kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 0g, Feh.: 34g, CH: 71g, H.Cuk: 0g, Só: 2,4g Reszelt sajt <sup>7</sup> E: 112kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 5g, Feh.: 8g, CH: 0g, H.Cuk: 0g, Só: 0,7g	Tavaszi leves <sup>1,9</sup> E: 128kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 6g, H.Cuk: 4g, Só: 0,2g Sertéssült (comb) <sup>9</sup> E: 251kcal, Zsír: 14g, T.zsír: 0g, Feh.: 28g, CH: 2g, H.Cuk: 1g, Só: 0,4g Burgonyafőzelék, majorannával <sup>1,7</sup> E: 433kcal, Zsír: 17g, T.zsír: 0g, Feh.: 9g, CH: 56g, H.Cuk: 0g, Só: 0,1g	
Energia:	694,44kcal	821,80kcal	858,91kcal	811,95kcal	kcal
Zsír:	25,82g	47,90g	30,39g	40,29g	g
Telített zsírsav:	g	0,01g	5,36g	0,02g	g
Fehérje:	35,30g	37,50g	48,76g	38,62g	g
Szénhidrát:	73,12g	59,63g	92,15g	64,68g	g
Hozzáadott cukor:	0,04g	0,80g	g	4,15g	g
Só:	1,81g	0,53g	4,09g	0,65g	g
Ca:	176,75mg	79,06mg	238,68mg	80,29mg	mg

**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