

Vendég

Étlap

2025. május 26 - 2025. június 1

Étkezés	2025.05.26 Hétfő	2025.05.27 Kedd	2025.05.28 Szerda	2025.05.29 Csütörtök	2025.05.30 Péntek	2025.05.31 Szombat	2025.06.01 Vasárnap
Ebéd	Lebbencsleves zöldséggel ^{1,3} E: 216kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, H. Cuk: 0g, Só: 0,4g	Zellerleves (magyaros) ^{1,3,9} E: 127kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 19g, H. Cuk: 2g, Só: 0,2g	Lencseleves) csipetkével ^{1,3,9} E: 136kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 19g, H. Cuk: 1g, Só: 0,6g	Húsleves (sertés), cérnametélten ^{1,3,9} E: 319kcal, Zsír: 12g, T.zsír: 0g, Feh.: 33g, CH: 15g, H. Cuk: 1g, Só: 0,5g	Tavaszi leves ^{1,9} E: 128kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 6g, H. Cuk: 4g, Só: 0,2g		
	Rakott zöldbab ⁷ E: 550kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 0g, Feh.: 27g, CH: 46g, H. Cuk: 0g, Só: 0,3g	Vadas sertéstokány ^{1,7,9,10} E: 377kcal, Zsír: 20g, T.zsír: 0g, Feh.: 29g, CH: 19g, H. Cuk: 3g, Só: 1,2g	Csirkepörkölt E: 242kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 30g, CH: 3g, H. Cuk: 0g, Só: 1,1g	Főtt hús E: 0kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 0g, H.Cuk: 0g, Só: 0,0g	Budapest sertésragu E: 411kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 1g, Feh.: 38g, CH: 8g, H. Cuk: 0g, Só: 1,1g		
		Tészta köret ¹ E: 366kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 11g, CH: 66g, H. Cuk: 0g, Só: 0,1g	Párolt bulgur E: 344kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 68g, H. Cuk: 0g, Só: 0,0g	Paradicsomos káposztafőzelék ^{1,9} E: 495kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 86g, H. Cuk: 39g, Só: 1,1g	Főtt burgonya E: 312kcal, Zsír: 9g, T.zsír: 1g, Feh.: 6g, CH: 46g, H. Cuk: 0g, Só: 0,1g		
			Vitamin saláta E: 106kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 22g, H. Cuk: 13g, Só: 0,1g		Csemege uborka E: 12kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 3g, H.Cuk: 0g, Só: 0,0g		
	Energia:	766,72kcal	870,23kcal	827,42kcal	814,57kcal	862,91kcal	kcal
	Zsír:	35,30g	28,89g	19,23g	25,54g	43,47g	g
	Telített zsírsav:	0,08g	0,84g	0,01g	0,04g	2,19g	g
	Fehérje:	32,74g	44,34g	49,63g	39,84g	46,74g	g
	Szénhidrát:	75,07g	103,28g	112,82g	100,98g	63,05g	g
	Hozzáadott cukor:	g	4,60g	13,67g	40,22g	3,62g	g
	Só:	0,68g	1,50g	1,83g	1,61g	1,41g	g
	Ca:	90,59mg	151,40mg	84,40mg	131,00mg	41,53mg	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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt