

Vendég

Étlap

2026. február 23 - 2026. március 1

Étkezés	2026.02.23 Hétfő	2026.02.24 Kedd	2026.02.25 Szerda	2026.02.26 Csütörtök	2026.02.27 Péntek	2026.02.28 Szombat	2026.03.01 Vasárnap
Ebéd	Lebbencsleves zöldséggel ^{1,3} E: 216kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 29g, H.Cuk: 0g, Só: 0,4g	Sertésraguleves, zöldborsós ^{1,9} E: 192kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 17g, CH: 17g, H.Cuk: 0g, Só: 0,3g	Csontleves ^{1,3} E: 160kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 19g, H.Cuk: 0g, Só: 0,4g	Sárgaborsó leves ^{1,9} E: 161kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 7g, CH: 20g, H.Cuk: 0g, Só: 1,0g	Tavaszi leves ^{1,9} E: 128kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 6g, H.Cuk: 4g, Só: 0,2g		
	Rakott savanyú káposzta bulgurral ^{3,7} E: 596kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 0g, Feh.: 31g, CH: 66g, H.Cuk: 0g, Só: 0,3g	Mákos tészta ¹ E: 608kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 0g, Feh.: 18g, CH: 86g, H.Cuk: 7g, Só: 0,3g	Dubarry sertéskaraj ^{1,3,7} E: 419kcal, Zsír: 24g, T.zsír: 5g, Feh.: 33g, CH: 15g, H.Cuk: 0g, Só: 2,1g	Csirkehúsos penne ^{1,3} E: 597kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 0g, Feh.: 33g, CH: 71g, H.Cuk: 0g, Só: 2,4g	Paraj (spenót) főzelék ^{1,7} E: 394kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 2g, Feh.: 15g, CH: 48g, H.Cuk: 9g, Só: 0,4g		
			Párolt rizs E: 315kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 69g, H.Cuk: 0g, Só: 0,1g		Főtt tojás ³ E: 137kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 0g, Feh.: 11g, CH: 0g, H.Cuk: 0g, Só: 0,2g		
					Tört burgonya fél adag E: 225kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 40g, H.Cuk: 0g, Só: 0,0g		
	Energia:	812,53kcal	799,83kcal	894,09kcal	757,94kcal	883,10kcal	kcal
	Zsír:	31,24g	26,32g	26,52g	23,34g	38,00g	g
	Telített zsírsav:	g	0,01g	5,42g	g	2,01g	g
	Fehérje:	36,00g	35,12g	43,31g	40,36g	32,87g	g
	Szénhidrát:	95,28g	103,46g	103,86g	91,76g	94,67g	g
	Hozzáadott cukor:	g	6,99g	g	g	13,02g	g
	Só:	0,66g	0,57g	2,60g	3,38g	0,76g	g
	Ca:	180,17mg	79,94mg	301,51mg	72,17mg	451,59mg	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. Szezámgyökér és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt