

Vendég

Étlap

2026. október 12 - 2026. október 18

Étkezés	2026.10.12 Hétfő	2026.10.13 Kedd	2026.10.14 Szerda	2026.10.15 Csütörtök	2026.10.16 Péntek	2026.10.17 Szombat	2026.10.18 Vasárnap
Ebéd	Burgonyaleves (magyaros) ¹ E: 128kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 25g, H.Cuk: 0g, Só: 1,0g	Reszelttészta - leves ^{1,3,9} E: 195kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 24g, H.Cuk: 1g, Só: 0,1g	Vajgaluska leves ^{1,3,9} E: 156kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 15g, H.Cuk: 1g, Só: 0,3g	Brokkoli leves ^{1,9} E: 106kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 9g, H.Cuk: 0g, Só: 0,7g	Zöldségleves ^{1,9} E: 150kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 15g, H.Cuk: 1g, Só: 0,3g		
	Zöldborsó főzelék ¹ E: 477kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 0g, Feh.: 18g, CH: 42g, H.Cuk: 0g, Só: 0,1g	Lecsós sertésragu E: 262kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 0g, Feh.: 22g, CH: 7g, H.Cuk: 0g, Só: 0,3g	Milánói makaróni ^{1,3,7} E: 721kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 11g, Feh.: 48g, CH: 65g, H.Cuk: 0g, Só: 1,9g	Boszorkány pecsenye ^{1,7} E: 393kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 4g, Feh.: 31g, CH: 16g, H.Cuk: 0g, Só: 1,6g	Szárazbabfőzelék ^{1,7} E: 448kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 5g, Feh.: 21g, CH: 55g, H.Cuk: 0g, Só: 0,1g		
	Sertés apró ¹ E: 154kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 17g, CH: 4g, H.Cuk: 0g, Só: 0,2g	Párolt rizs E: 315kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 69g, 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	Sült kolbász E: 226kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 0g, Feh.: 13g, CH: 0g, H.Cuk: 0g, Só: 2,1g		
Energia:	759,47kcal	772,01kcal	877,45kcal	842,74kcal	823,27kcal	kcal	kcal
Zsír:	33,33g	24,81g	37,34g	31,79g	41,80g	g	g
Telített zsírsav:	g	0,18g	10,72g	4,05g	4,64g	g	g
Fehérje:	38,60g	33,65g	52,86g	45,44g	37,38g	g	g
Szénhidrát:	70,44g	99,74g	80,61g	93,51g	70,90g	g	g
Hozzáadott cukor:	g	0,66g	0,53g	0,42g	0,53g	g	g
Só:	1,30g	0,49g	2,25g	2,29g	2,47g	g	g
Ca:	117,98mg	44,03mg	442,35mg	128,19mg	203,51mg	mg	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. Csillagfürt