

Étlap

2023. december 4 - 2023. december 10

Menük	Étkezés	2023.12.04 Hétfő	2023.12.05 Kedd	2023.12.06 Szerda	2023.12.07 Csütörtök	2023.12.08 Péntek	2023.12.09 Szombat	2023.12.10 Vasárnap	
F1 Felnőtt és vendég ebéd A (7 napos)	Ebéd	Lebbencsleves ¹ , Zöldborsó főzelék ^{1,7} , Rántott párizsi ^{1,3,6} E: 776kcal Zsír: 35,07g Tel.zsír.: 3,26g Feh.: 35,25g CH: 76,88g H.Cuk: g Só: 0,58g Ca: 182,03mg	Brokkolikrém leves ^{1,3,7} , Sajtos karaj, Zöldséges rizs E: 883kcal Zsír: 46,98g Tel.zsír.: 8,64g Feh.: 36,24g CH: 73,63g H.Cuk: g Só: 0,84g Ca: 242,83mg	Húsleves cérnametél ^{1,8,9} , Húsgombóc paradicsommártással ^{1,3,9} , Főtt burgonya E: 856kcal Zsír: 31,51g Tel.zsír.: 2,12g Feh.: 46,50g CH: 92,61g H.Cuk: 9,99g Só: 0,70g Ca: 117,83mg	Köménymagleves pirított kenyérkockával ¹ , Vadas csirke tésztával ^{1,7,9,10} , Alma E: 829kcal Zsír: 15,01g Tel.zsír.: 2,96g Feh.: 47,32g CH: 123,25g H.Cuk: 1,95g Só: 0,67g Ca: 156,93mg	Babgulyás ^{1,9} , Szilvalekváros gombóc ^{1,3} E: 743kcal Zsír: 11,71g Tel.zsír.: 1,10g Feh.: 26,25g CH: 131,14g H.Cuk: 27,50g Só: 1,85g Ca: 111,95mg	Májpgombóc leves ^{1,3} , Pásztortarhonya ¹ E: 782kcal Zsír: 28,48g Tel.zsír.: 8,16g Feh.: 29,84g CH: 100,52g H.Cuk: g Só: 1,18g Ca: 90,52mg	Fokhagymakrém leves ^{1,7,8} , Majorannás aprópecsenye ^{1,7} , Párolt rizs E: 891kcal Zsír: 47,54g Tel.zsír.: 6,78g Feh.: 28,49g CH: 83,66g H.Cuk: g Só: 0,28g Ca: 123,00mg	
F2 Felnőtt és vendég ebéd B	Ebéd	Lebbencsleves ¹ , Milánói makaróni ^{1,7} E: 637kcal Zsír: 28,34g Tel.zsír.: 10,59g Feh.: 25,56g CH: 68,88g H.Cuk: g Só: 2,67g Ca: 161,97mg	Brokkolikrém leves ^{1,3,7} , Levesgyöngy betét ^{1,3,7} , Paprikás krumpli E: 494kcal Zsír: 24,18g Tel.zsír.: 3,65g Feh.: 11,30g CH: 56,86g H.Cuk: g Só: 0,18g Ca: 109,43mg	Húsleves cérnametél ^{1,8,9} , Csirkés tortilla ^{1,7} E: 790kcal Zsír: 31,12g Tel.zsír.: 8,24g Feh.: 59,57g CH: 63,03g H.Cuk: g Só: 2,50g Ca: 363,58mg	Köménymagleves pirított kenyérkockával ¹ , Rántott sajt ^{1,3,7} , Párolt rizs, Alma E: 1 090kcal Zsír: 47,06g Tel.zsír.: 19,53g Feh.: 41,15g CH: 122,77g H.Cuk: g Só: 1,68g Ca: 866,45mg	Babgulyás ^{1,9} , Vasi dődölle ¹ E: 524kcal Zsír: 15,63g Tel.zsír.: 1,48g Feh.: 21,33g CH: 72,89g H.Cuk: g Só: 0,21g Ca: 101,96mg			

A változás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- Glutént tartalmazó gabona
- Rákfélék és azokból készült termékek
- Tojás és abból készült termékek
- Halak és azokból készült termékek
- Földimogyoró és abból készült termékek
- Szójabab és abból készült termékek
- Tej és abból készült termékek
- Diófélék
- Zeller és abból készült termékek
- Mustár és abból készült termékek
- Szezám és abból készült termékek
- Kén-dioxid
- Puhatestűek
- Csillagfürt