

Étlap

2024. május 13 - 2024. május 19

Menük	Étkezés	2024.05.13 Hétfő	2024.05.14 Kedd	2024.05.15 Szerda	2024.05.16 Csütörtök	2024.05.17 Péntek	2024.05.18 Szombat	2024.05.19 Vasárnap	
F1 Felnőtt és vendég ebéd A (7 napos)	Ebéd	Zöldborsóleves eperlevéllel ¹ , Csirkepörkölt*, Tészta köret ^{1,3} , Csemege uborka E: 743kcal Tel.zsír.: 1,17g CH: 103,90g Só: 0,59g Zsír: 14,88g Feh.: 46,73g H.Cuk: g Ca: 127,09mg	Brokkolikrém leves ^{1,7} , Levesgyöngy betét ^{1,3,7} , Göngyölt sertéskaraj ^{1,3} , Tavaszi rizs E: 859kcal Tel.zsír.: 5,65g CH: 83,38g Só: 0,69g Zsír: 41,25g Feh.: 34,44g H.Cuk: g Ca: 156,13mg	Babgulyás* ^{1,3} , Teljes kiőrlésű kenyér ebéd ¹ , Kakaós csiga ^{1,3,7} E: 942kcal Tel.zsír.: 0,33g CH: 114,08g Só: 1,52g Zsír: 33,76g Feh.: 36,66g H.Cuk: g Ca: 91,72mg	Májgombóc leves ^{1,3} , Sóskafezelék* ^{1,7} , Tört burgonya, Főtt tojás* ³ E: 833kcal Tel.zsír.: 7,16g CH: 94,93g Só: 1,01g Zsír: 29,59g Feh.: 38,07g H.Cuk: 9,99g Ca: 292,43mg	Húsleves cérnametéllel ^{1,9} , Amerikai fasírt ^{1,3} , Bulgur ¹ , Fejessaláta* E: 854kcal Tel.zsír.: 1,94g CH: 118,02g Só: 1,00g Zsír: 19,07g Feh.: 58,68g H.Cuk: 5,00g Ca: 177,78mg	Kertészleves tésztával ^{1,9} , Paprikás krumpli ⁶ , Céklasaláta, Alma E: 773kcal Tel.zsír.: 6,85g CH: 91,00g Só: 1,95g Zsír: 33,87g Feh.: 23,22g H.Cuk: 7,99g Ca: 138,46mg	Magyaros zellerleves tésztával ^{1,9} , Bakonyi sertésragu ^{1,7} , Tészta köret ¹ E: 760kcal Tel.zsír.: 5,89g CH: 84,58g Só: 0,84g Zsír: 28,08g Feh.: 36,73g H.Cuk: g Ca: 129,76mg	
F2 Felnőtt és vendég ebéd B	Ebéd	Zöldborsóleves eperlevéllel ¹ , Párolt zöldség, Rántott sajt ^{1,3,7} E: 866kcal Tel.zsír.: 20,30g CH: 67,75g Só: 3,30g Zsír: 44,50g Feh.: 46,81g H.Cuk: g Ca: 714,22mg	Brokkolikrém leves ^{1,7} , Sült csirkecomb, Serpenyős burgonya, Vitamin saláta E: 616kcal Tel.zsír.: 5,30g CH: 57,68g Só: 0,53g Zsír: 26,59g Feh.: 35,42g H.Cuk: g Ca: 180,48mg	Szárazbab leves ^{1,7,9} , Paradicsomos gnocchi sajttal ^{1,7} E: 712kcal Tel.zsír.: 8,49g CH: 90,56g Só: 0,99g Zsír: 24,04g Feh.: 30,15g H.Cuk: g Ca: 313,73mg	Májgombóc leves ^{1,3} , Tépett húsos burger ¹ E: 958kcal Tel.zsír.: 2,77g CH: 124,51g Só: 3,05g Zsír: 26,16g Feh.: 47,79g H.Cuk: g Ca: 336,54mg	Húsleves cérnametéllel ^{1,9} , Csőben sült brokkoli csirkemellel ^{1,3,7,8} , Burgonyapüré* ⁷ E: 905kcal Tel.zsír.: 11,12g CH: 73,45g Só: 1,27g Zsír: 38,62g Feh.: 63,52g H.Cuk: g Ca: 600,51mg			

A változás jogát fenntartjuk!

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. Szezám és abból készült termékek
12. Kén-dioxid
13. Puhatestűek
14. Csillagfürt