

Étlap

2024. április 15 - 2024. április 21

Menük	Étkezés	2024.04.15 Hétfő	2024.04.16 Kedd	2024.04.17 Szerda	2024.04.18 Csütörtök	2024.04.19 Péntek	2024.04.20 Szombat	2024.04.21 Vasárnap
F1 Felöltt és vendég ebéd A (7 napos)	Ebéd	Hagymaleves* ^{1,8} , Halrudacska* ^{1,3,4} , Főtt rizs, fél adag, Majonézes kukorica saláta* ^{3,7,10} E: 840kcal Zsír: 36,30g Tel.zsír.: 5,42g Feh.: 23,00g CH: 101,77g H.Cuk: 2,50g Só: 2,24g Ca: 64,58mg	Burgonyaleves* zöldséges ^{1,3} , Csikóstokány* csirkemellből ^{1,7} , Zöldséges bulgur ¹ E: 818kcal Zsír: 21,53g Tel.zsír.: 5,93g Feh.: 47,77g CH: 111,49g H.Cuk: g Só: 1,03g Ca: 167,16mg	Babgulyás* ^{1,3} , Grízes tészta* ¹ E: 811kcal Zsír: 8,10g Tel.zsír.: 0,87g Feh.: 29,60g CH: 148,03g H.Cuk: 18,29g Só: 0,45g Ca: 129,52mg	Daragaluska leves friss zöldségből* ^{1,3,9} , Paraj főzelék* ^{1,7} , Főtt tojás* ³ , Főtt burgonya*, Alma E: 852kcal Zsír: 43,96g Tel.zsír.: 7,34g Feh.: 25,09g CH: 86,65g H.Cuk: g Só: 0,63g Ca: 346,63mg	Újházi tyúkhúsleves ^{1,8,9} , Aranygaluska* ^{1,3,8} , Vaníliásodó ^{1,7} E: 763kcal Zsír: 24,07g Tel.zsír.: 4,37g Feh.: 40,46g CH: 92,20g H.Cuk: 21,49g Só: 0,52g Ca: 236,86mg	Alföldi zöldségleves ⁹ , Csülökpörkölt, Tészta köret ^{1,3} E: 848kcal Zsír: 46,63g Tel.zsír.: 1,72g Feh.: 30,75g CH: 72,75g H.Cuk: g Só: 0,42g Ca: 81,86mg	Karfiolkrém leves ⁷ , Göngyölt sertéskaraj ^{1,3} , Kenyérkocka ¹ , Petrezselymes burgonya* E: 806kcal Zsír: 35,21g Tel.zsír.: 5,90g Feh.: 35,32g CH: 84,88g H.Cuk: 7,02g Só: 0,71g Ca: 132,56mg
F2 Felöltt és vendég ebéd B	Ebéd	Hagymaleves* ^{1,8} , Gyros Pitában ^{1,7,8} E: 570kcal Zsír: 16,78g Tel.zsír.: 3,11g Feh.: 46,38g CH: 52,28g H.Cuk: 0,28g Só: 0,98g Ca: 136,32mg	Burgonyaleves* zöldséges ^{1,3} , Vargabéles ^{1,3,7} E: 729kcal Zsír: 19,34g Tel.zsír.: 5,88g Feh.: 25,96g CH: 112,39g H.Cuk: 21,00g Só: 0,59g Ca: 145,42mg	Babgulyás* ^{1,3} , Hamburger salátával ebéd ^{1,6,7} E: 876kcal Zsír: 24,41g Tel.zsír.: 4,11g Feh.: 40,66g CH: 116,00g H.Cuk: 1,40g Só: 1,69g Ca: 156,52mg	Grízgaluska leves* ^{1,3} , Hortobágyi húsos palacsinta ^{1,3,7} E: 509kcal Zsír: 21,29g Tel.zsír.: 5,63g Feh.: 25,96g CH: 51,12g H.Cuk: g Só: 0,69g Ca: 156,31mg	Újházi tyúkhúsleves ^{1,8,9} , Párolt rizs*, Rántott karfiol ^{1,3} E: 815kcal Zsír: 24,63g Tel.zsír.: 4,10g Feh.: 36,91g CH: 109,84g H.Cuk: g Só: 0,80g Ca: 153,63mg		

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