

Étlap

2024. május 6 - 2024. május 12

| Menük | Étkezés | 2024.05.06 Hétfő | 2024.05.07 Kedd | 2024.05.08 Szerda | 2024.05.09 Csütörtök | 2024.05.10 Péntek | 2024.05.11 Szombat | 2024.05.12 Vasárnap | |
|--|-------------|---|--|---|--|--|---|---|--|
| F1 Felnőtt és vendég ebéd A (7 napos) | Ebéd | Sült kolbász ⁶ , Tojásleves ^{1,3} , Lencsefőzelék ^{*1,7,10} , Alma E: 730kcal Tel.zsír.: 8,11g CH: 75,64g Só: 1,58g Zsír: 29,33g Feh.: 38,56g H.Cuk: 2,00g Ca: 155,52mg | Magyaros* karfiolleves tésztával ^{1,3,9} , Halpogácsa ^{1,3,4} , Petrezselymes rizs, Csemege uborka E: 824kcal Tel.zsír.: 3,29g CH: 123,55g Só: 1,17g Zsír: 20,64g Feh.: 33,68g H.Cuk: g Ca: 134,90mg | Burgonyaleves ¹ , Tejszínes kukoricás csirkemell csíkok ^{*1,7} , Tészta köret ^{1,3} E: 805kcal Tel.zsír.: 2,77g CH: 91,98g Só: 0,76g Zsír: 28,35g Feh.: 43,10g H.Cuk: g Ca: 62,10mg | Erőleves ^{3,9} , Vasi paprikás ¹ , Zöldséges bulgur ¹ E: 867kcal Tel.zsír.: 6,18g CH: 85,45g Só: 0,62g Zsír: 37,61g Feh.: 47,50g H.Cuk: g Ca: 139,43mg | Frankfurti leves zöldségesen ^{*1,6,7} , Teljes kiőrlésű kenyér ebéd ¹ , Lekváros levél ^{1,3,7} E: 800kcal Tel.zsír.: 4,62g CH: 95,56g Só: 0,94g Zsír: 35,80g Feh.: 21,11g H.Cuk: g Ca: 100,35mg | Magyaros* karalábéleves tésztával ^{1,3} , Pásztortarhonya ^{*1,6} E: 907kcal Tel.zsír.: 8,73g CH: 124,26g Só: 2,13g Zsír: 30,60g Feh.: 32,17g H.Cuk: g Ca: 106,22mg | Minestore leves ^{*1,9} , Töltött csirkecomb ^{*1,3} , Párolt rizs [*] E: 939kcal Tel.zsír.: 5,60g CH: 102,68g Só: 0,82g Zsír: 32,98g Feh.: 56,80g H.Cuk: g Ca: 149,64mg | |
| F2 Felnőtt és vendég ebéd B | Ebéd | Tojásleves ^{1,3} , Sajtos makaróni ^{1,7} E: 609kcal Tel.zsír.: 8,70g CH: 65,66g Só: 0,50g Zsír: 27,14g Feh.: 24,68g H.Cuk: g Ca: 299,37mg | Magyaros* karfiolleves tésztával ^{1,3,9} , Csülökpörkölt, Főtt burgonya [*] E: 887kcal Tel.zsír.: 2,54g CH: 73,46g Só: 0,61g Zsír: 50,84g Feh.: 30,19g H.Cuk: g Ca: 89,59mg | Burgonyaleves ¹ , Főtt rizs, Rántott karfiol ^{1,3} , Tartármártás ^{3,7,10} E: 788kcal Tel.zsír.: 3,83g CH: 110,62g Só: 0,59g Zsír: 28,39g Feh.: 16,52g H.Cuk: 0,20g Ca: 88,50mg | Erőleves csigatésztával ^{*1,3} , Hamburger salátával ebéd ^{1,6,7} E: 861kcal Tel.zsír.: 7,35g CH: 102,09g Só: 1,92g Zsír: 31,94g Feh.: 39,40g H.Cuk: 1,40g Ca: 103,69mg | Frankfurti leves zöldségesen ^{*1,6,7} , Vasi dödölle ¹ E: 584kcal Tel.zsír.: 5,78g CH: 61,96g Só: 0,20g Zsír: 28,34g Feh.: 18,45g H.Cuk: g Ca: 116,77mg | | | |

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