

## Étlap

2021. április 12 - 2021. április 18

2021.04.12 Hétfő	2021.04.13 Kedd	2021.04.14 Szerda	2021.04.15 Csütörtök	2021.04.16 Péntek	2021.04.17 Szombat	2021.04.18 Vasárnap
<b>Májgaluskaleves<sup>1,3,4,6,</sup></b> <b>Grízes metélt<sup>1,3</sup></b>  E: 592kcal      Zsír: 16,83g Tel.zsír.: 1,93g      Feh.: 19,14g CH: 93,22g      Cuk: 9,99g Só: 5,16g      Ca: 38,05mg	<b>Kertészleves<sup>1,9,</sup></b> <b>Cigánypecsenye<sup>10,</sup></b> <b>Hasáb burgonya</b>  E: 1 370kcal      Zsír: 99,30g Tel.zsír.: 13,70g      Feh.: 29,29g CH: 86,92g      Cuk: g Só: 6,77g      Ca: 52,91mg	<b>Rizsleves<sup>9,</sup></b> <b>Zöldbabfőzelék<sup>1,7,</sup></b> <b>Sertés apró<sup>1</sup></b>  E: 708kcal      Zsír: 47,27g Tel.zsír.: 4,48g      Feh.: 24,94g CH: 43,10g      Cuk: g Só: 3,96g      Ca: 144,06mg	<b>Paradicsomleves</b> <b>betűtészta<sup>1,3,9,</sup> Sült</b> <b>csirkecomb<sup>1,3,4,6,</sup></b> <b>Párolt rizs</b>  E: 691kcal      Zsír: 25,65g Tel.zsír.: 2,11g      Feh.: 31,01g CH: 81,96g      Cuk: g Só: 4,15g      Ca: 23,40mg	<b>Göldileves<sup>1,3,4,6,9,</sup></b> <b>Sertéspaprikás<sup>7,</sup></b> <b>Pirított tészta<sup>1,6</sup></b>  E: 895kcal      Zsír: 47,02g Tel.zsír.: 4,73g      Feh.: 28,99g CH: 87,88g      Cuk: g Só: 5,04g      Ca: 124,33mg		
Energia: 592,00kcal Zsír: 16,83g Telített zsírsav: 1,93g Fehérje: 19,14g Szénhidrát: 93,22g Hozzáadott cukor: 9,99g Só: 5,16g Ca: 38,05mg	Energia: 1 369,64kcal Zsír: 99,30g Telített zsírsav: 13,70g Fehérje: 29,29g Szénhidrát: 86,92g Hozzáadott cukor: g Só: 6,77g Ca: 52,91mg	Energia: 708,30kcal Zsír: 47,27g Telített zsírsav: 4,48g Fehérje: 24,94g Szénhidrát: 43,10g Hozzáadott cukor: g Só: 3,96g Ca: 144,06mg	Energia: 690,59kcal Zsír: 25,65g Telített zsírsav: 2,11g Fehérje: 31,01g Szénhidrát: 81,96g Hozzáadott cukor: g Só: 4,15g Ca: 23,40mg	Energia: 895,38kcal Zsír: 47,02g Telített zsírsav: 4,73g Fehérje: 28,99g Szénhidrát: 87,88g Hozzáadott cukor: g Só: 5,04g Ca: 124,33mg	Energia: kcal Zsír: g Telített zsírsav: g Fehérje: g Szénhidrát: g Hozzáadott cukor: g Só: g Ca: mg	Energia: kcal Zsír: g Telített zsírsav: g Fehérje: g Szénhidrát: g Hozzáadott cukor: g Só: g Ca: 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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt