

Étlap

2021. június 28 - 2021. július 4

2021.06.28 Hétfő	2021.06.29 Kedd	2021.06.30 Szerda	2021.07.01 Csütörtök	2021.07.02 Péntek	2021.07.03 Szombat	2021.07.04 Vasárnap
Palócleves^{1,7}, Grízes metélt^{1,3} E: 844kcal Zsír: 39,03g Tel.zsír.: 10,26g Feh.: 28,11g CH: 96,00g Cuk: 9,99g Só: 5,88g Ca: 75,48mg	Kertészleves^{1,9}, Mustáros szelet, Párolt rizs E: 478kcal Zsír: 14,21g Tel.zsír.: 1,38g Feh.: 9,64g CH: 75,39g Cuk: g Só: 2,66g Ca: 48,62mg	Köménymagosleves levesgyönggyel, Zöldborsó főzelék^{1,7}, Bajor fasírt^{1,3} E: 652kcal Zsír: 37,41g Tel.zsír.: 2,62g Feh.: 27,86g CH: 46,08g Cuk: g Só: 3,05g Ca: 89,16mg	Karalábéleves⁷, Fokhagymás aprópecsenye, Tört burgonya E: 790kcal Zsír: 47,23g Tel.zsír.: 5,22g Feh.: 24,61g CH: 64,23g Cuk: g Só: 1,12g Ca: 113,70mg	Meggyleves^{1,7}, Zuzapörkölt, Tarhonya köret, Csemege uborka E: 688kcal Zsír: 23,11g Tel.zsír.: 4,20g Feh.: 27,18g CH: 91,94g Cuk: 11,99g Só: 6,07g Ca: 116,49mg		
Energia: 844,00kcal Zsír: 39,03g Telített zsírsav: 10,26g Fehérje: 28,11g Szénhidrát: 96,00g Hozzáadott cukor: 9,99g Só: 5,88g Ca: 75,48mg	Energia: 477,51kcal Zsír: 14,21g Telített zsírsav: 1,38g Fehérje: 9,64g Szénhidrát: 75,39g Hozzáadott cukor: g Só: 2,66g Ca: 48,62mg	Energia: 651,74kcal Zsír: 37,41g Telített zsírsav: 2,62g Fehérje: 27,86g Szénhidrát: 46,08g Hozzáadott cukor: g Só: 3,05g Ca: 89,16mg	Energia: 789,94kcal Zsír: 47,23g Telített zsírsav: 5,22g Fehérje: 24,61g Szénhidrát: 64,23g Hozzáadott cukor: g Só: 1,12g Ca: 113,70mg	Energia: 688,46kcal Zsír: 23,11g Telített zsírsav: 4,20g Fehérje: 27,18g Szénhidrát: 91,94g Hozzáadott cukor: 11,99g Só: 6,07g Ca: 116,49mg	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. Rákkfélek 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