

Felnőtt
(19-69 év)

Hétfő
2026.03.16.

Kedd
2026.03.17.

Szerda
2026.03.18.

Csütörtök
2026.03.19.

Péntek
2026.03.20.

Ébéd

- Rántott leves zsemlekockával (G)
- Kelkáposzta főzelék (G)
- Fasírt szelet (G, T)
- Somlói fehér kenyér (G)

S:5,3, E:839,0, ZS:30,5, T:20,3, F:38,9, CH:95,1, C:0,7, Ca:105,0

S:5,3, E:839,0, ZS:30,5, T:20,3, F:38,9, CH:95,1, C:0,7, Ca:105,0

- Zeller krémleves levesgyönggyel (Z, L, O, G, T, M)
- Bolognai spagetti (G, T, L, Z, O, M)
- Alma

S:2,3, E:848,0, ZS:26,6, T:14,4, F:42,2, CH:97,7, C:8,0, Ca:231,6

S:2,3, E:848,0, ZS:26,6, T:14,4, F:42,2, CH:97,7, C:8,0, Ca:231,6

- Sertésraguleves (G, L, T, Z, O, M)
- Aranygaluska - (G, L, D, T)
- Vanília puding (L)

S:2,2, E:1 142,0, ZS:45,9, T:12,4, F:45,1, CH:135,4, C:4,8, Ca:267,5

S:2,2, E:1 142,0, ZS:45,9, T:12,4, F:45,1, CH:135,4, C:4,8, Ca:267,5

- Húsleves - cérnametélt (G, L, T, Z, O, M)
- Paradicsommártás (G)
- Sertéshús
- Főtt burgonya.

S:3,1, E:868,0, ZS:25,5, T:13,9, F:40,8, CH:115,7, C:4,9, Ca:56,8

S:3,1, E:868,0, ZS:25,5, T:13,9, F:40,8, CH:115,7, C:4,9, Ca:56,8

- Tarkabab leves (G, L, T, Z, O, M)
- Zöldfűszeres csirke mellcsikok (G, L, T, Z, O, M, F, D, S)
- Petrezselymes rizs -

S:2,7, E:755,0, ZS:12,3, T:9,7, F:47,2, CH:108,1, C:4,3, Ca:79,8

S:2,7, E:755,0, ZS:12,3, T:9,7, F:47,2, CH:108,1, C:4,3, Ca:79,8

Összesen

Jó étvágyat kívánunk! Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

felmagyarázat:

S: só (g)
E: energia (kcal)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
C: cukor (g)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földmogyoró

Z: zeller

R: rákfélék

H: halak

O: szója

D: diófélék, mandula, pisztácia

M: mustár

S: szezámog

K: szulfint kén-dioxid

C: csillagfűrt

P: pihatesítiek