

Felnőtt**2026-04-20 - 2026-04-26**

	2026-04-20		2026-04-21		2026-04-22		2026-04-23		2026-04-24	
Ebéd	SpárgakréMLEVES[1,3,7], kenyérkocka[1,3,7], Tavaszi rizses hús, Ecetes cékla Alma		Tojásleves, csurgatott[1,3], Húsgombóc pulykából[3], Főtt burgonya, Paradicsommártás[1,9]		Májgombóc (májgaluska) leves[1,3,9], Sült virsli feltét, Zöldborsó főzelék [1,7], Túrórudi[6,7]		Francia zöldségréMLEVES[7,9], Pírtott tökmag, Halfilé zöldséges bundában[1,3,4], Párolt rizs , Tartármártás[3,7,10]		Gulyásleves csipetkével, sertésből[1,9], Szilvatöltelékes gombóc 5 dkg/db[1,3], fahéjas szórat	
	E: 1100 kcal	E: 4604 KJ	E: 839 kcal	E: 3511 KJ	E: 939 kcal	E: 3928 KJ	E: 1228 kcal	E: 5136 KJ	E: 1112 kcal	E: 4651 KJ
	Zsír: 35 g	Tel.zsír.: 8 g	Zsír: 34 g	Tel.zsír.: 5 g	Zsír: 55 g	Tel.zsír.: 18 g	Zsír: 105 g	Tel.zsír.: 19 g	Zsír: 33 g	Tel.zsír.: 2 g
	Feh.: 47 g	CH: 144 g	Feh.: 32 g	CH: 94 g	Feh.: 40 g	CH: 69 g	Feh.: 39 g	CH: 109 g	Feh.: 32 g	CH: 167 g
	Cuk: 23 g	Só: 2.47 g	Cuk: 14 g	Só: 1.61 g	Cuk: 9 g	Só: 3.77 g	Cuk: 10 g	Só: 1.81 g	Cuk: 9 g	Só: 2.41 g
	Ca: 225 mg	Ca: 66 mg	Ca: 59 mg	Ca: 0 mg	Ca: 199 mg	Ca: 90 mg	Ca: 199 mg	Ca: 75 mg	Ca: 115 mg	Ca: 0 mg
	Vas: 5 mg	Cuk.: 36 g	Vas: 3 mg	Cuk.: 26 g	Vas: 4 mg	Cuk.: 20 g	Vas: 3 mg	Cuk.: 11 g	Vas: 4 mg	Cuk.: 58 g
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										
MealPlanner / Tex and Co Net Kft. www.texandco.hu										