

Felnőtt

2026-09-07 - 2026-09-13

	2026-09-07		2026-09-08		2026-09-09		2026-09-10		2026-09-11	
Ebéd	Brokkolikrémleves[1,7], Pírtott tökmag, Hentestokány pulykából[1,10], Párolt rizs		Burgonyaleves (magyaros)[1,9], Húsgolyó, Zöldbabfőzelék[1,7], TK kenyér búza ebédhez[1], Szőlő		Zöldségleves tárkonyos[1,7,9], Marhapörkölt, Tarhonya köret [1], Káposzta saláta kész		Fahéjas szilvakrémleves[1,7], Halfilé zöldségfűszeres párizsi bundában[1,3,4], Burgonyapüré [7], Tartármártás[3,7,10]		Lencsegyulás (sertés) csipetkével[1,3], Kakaó szórát, Tejberizs szórát nélkül[7]	
	E: 998 kcal	E: 4178 KJ	E: 907 kcal	E: 3793 KJ	E: 1107 kcal	E: 4541 KJ	E: 1241 kcal	E: 5191 KJ	E: 969 kcal	E: 4053 KJ
	Zsír: 46 g	Tel.zsír.: 13 g	Zsír: 39 g	Tel.zsír.: 5 g	Zsír: 54 g	Tel.zsír.: 16 g	Zsír: 98 g	Tel.zsír.: 19 g	Zsír: 19 g	Tel.zsír.: 4 g
	Feh.: 43 g	CH: 99 g	Feh.: 34 g	CH: 97 g	Feh.: 42 g	CH: 110 g	Feh.: 35 g	CH: 134 g	Feh.: 45 g	CH: 153 g
	Cuk: 6 g	Só: 2.36 g	Cuk: 29 g	Só: 2.2 g	Cuk: 22 g	Só: 2.63 g	Cuk: 67 g	Só: 1.51 g	Cuk: 51 g	Só: 1.36 g
	Ca: 152 mg	Ca: 22 mg	Ca: 119 mg	Ca: 31 mg	Ca: 208 mg	Ca: 37 mg	Ca: 222 mg	Ca: 144 mg	Ca: 503 mg	Ca: 403 mg
	Vas: 4 mg	Cuk.: 6 g	Vas: 2 mg	Cuk.: 29 g	Vas: 6 mg	Cuk.: 25 g	Vas: 3 mg	Cuk.: 122 g	Vas: 5 mg	Cuk.: 118 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 - Szezámmag és abból készült termékek, 12 - Kén-dioxid, 13 - Puhatestűek, 14 - Csillagfűrt

MealPlanner / Tex and Co Net Kft. www.texandco.hu

--