

Felnőtt

2026-02-16 - 2026-02-22

	2026-02-16		2026-02-17		2026-02-18		2026-02-19		2026-02-20		2026-02-21		2026-02-22	
Ébéd	Lebbencsleves[1], Sült virsli feltét, Zöldbabfőzelék[1,7], TK kenyér búza ebédhez[1], Mandarin 1 db		Zellerkrémleves pirított baconnel[1,3,7,9], Csirkejava pikáns mézes szószban[7,10], Párolt rizs		Zöldségleves tárkonyos[1,7,9], Rántott hal (harcsa)[1,3,4], Burgonyapüré [7], Joghurtos almás kukoricasaláta[7,10]		Tojásleves, csurgatott[1,3], Gombócok káposzta[3], Kenyer félbarina ebédhez[1], Tejföl öntet[7], Túrórudi[6,7]		Húsleves (sertés), céranmetélttel[1,3,9], Tészta köret (durum szarvacska)[1], Mac and cheese szósz[1,7]					
	E: 921 kcal	E: 3864 KJ	E: 888 kcal	E: 3717 KJ	E: 1002 kcal	E: 4191 KJ	E: 1069 kcal	E: 4471 KJ	E: 876 kcal	E: 3650 KJ				
	Zsír: 49 g	Tel.zsír.: 14 g	Zsír: 33 g	Tel.zsír.: 10 g	Zsír: 37 g	Tel.zsír.: 9 g	Zsír: 66 g	Tel.zsír.: 19 g	Zsír: 31 g	Tel.zsír.: 13 g				
	Feh.: 30 g	CH: 87 g	Feh.: 44 g	CH: 99 g	Feh.: 44 g	CH: 119 g	Feh.: 37 g	CH: 79 g	Feh.: 40 g	CH: 108 g				
	Cuk: 15 g	Só: 3.97 g	Cuk: 9 g	Só: 2.48 g	Cuk: 23 g	Só: 2.91 g	Cuk: 13 g	Só: 3.51 g	Cuk: 15 g	Só: 1.58 g				
	Ca: 144 mg	Ca: 31 mg	Ca: 186 mg	Ca: 89 mg	Ca: 330 mg	Ca: 145 mg	Ca: 276 mg	Ca: 125 mg	Ca: 523 mg	Ca: 432 mg				
	Vas: 4 mg	Cuk.: 15 g	Cuk.: 9 g	Vas: 2 mg	Vas: 5 mg	Cuk.: 27 g	Vas: 4 mg	Cuk.: 25 g	Vas: 3 mg	Cuk.: 15 g				

Allergének: 1 - Glutén tartalmazó gabona, 2 - Rákkéfék 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 - Szeszammag és abból készült termékek, 12 - Kén-dioxid, 13 - Puhatestűek, 14 - Csillagfürt

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