

Felnőtt**2022-08-08 - 2022-08-14**

	2022-08-08		2022-08-09		2022-08-10		2022-08-11		2022-08-12	
Ebéd	Csontleves cérnametéllel[1], Sóskafőzelék[1,7], Főtt burgonya fél adag , Főtt tojás[3]		Sajtkrémleves[1,7,8], Barbecue csirkecomb (filé) [1,9,10], kenyérkocka[1,3,7], Párolt rizs , Alma		Zöldbaleves magyaros[1,9], Mustáros sertés tokány[1,7,10], Tészta köret (durum orsó)[1]		Zöldségleves tárkonyos, eperlevéllel[1,7], Burgonyafőzelék[1,7], Halpogácsa (Halfasírt)[1,3,4]		Frankfurti leves[1,7], Szilvás pite [1,3,7]	
	E: 620.13 kcal	E: 2590.6 KJ	E: 1133.9 kcal	E: 4744.25 KJ	E: 899.37 kcal	E: 3822.81 KJ	E: 843.86 kcal	E: 3527.37 KJ	E: 937.92 kcal	E: 3913.07 KJ
	Zsír: 22.49 g	Tel.zsír.: 5.56 g	Zsír: 59.42 g	Tel.zsír.: 12.14 g	Zsír: 31.18 g	Tel.zsír.: 3.63 g	Zsír: 40.93 g	Tel.zsír.: 8.51 g	Zsír: 29.55 g	Tel.zsír.: 8.5 g
	Feh.: 22.94 g	CH: 79.67 g	Feh.: 49.11 g	CH: 115.17 g	Feh.: 45.07 g	CH: 106.42 g	Feh.: 36.93 g	CH: 78.1 g	Feh.: 26.57 g	CH: 135.92 g
	Cuk: 9.99 g	Só: 1.85 g	Cuk: 5.69 g	Só: 3.03 g	Cuk: 0 g	Só: 1.95 g	Cuk: 0 g	Só: 4.13 g	Cuk: 39.96 g	Só: 1.95 g
	Ca: 244.7 mg	Vas: 2.32 mg	Ca: 310.83 mg	Vas: 1.66 mg	Ca: 152.05 mg	Vas: 4.13 mg	Ca: 147.3 mg	Vas: 1.94 mg	Ca: 197.88 mg	Vas: 3.05 mg

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 - Szezámog és abból készült termékek, 12 - Kén-dioxid, 13 - Puhatestűek, 14 - Csillagfűrt

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