

Felnőtt

2026-07-20 - 2026-07-26

	2026-07-20		2026-07-21		2026-07-22		2026-07-23		2026-07-24	
Ebéd	Zellerkrémleves [1,7,9], Bácskai rizseshús csirkéből, Píritott napraforgómag, Uborkasaláta		Öt gabonás gombóc leves [1,3,9], Sült virsli feltét, Paradicsomos káposztafőzelék[1,9], TK kenyér búza ebédhez[1], Alma		Erdei gyümölcsleves[1,7], Rántott sertés karaj[1,3], Petrezselymes burgonya tisztított, Vegyes zöldsaláta (ubi, jégsali, par.) olívaolajjal		Kertészleves[1,9], Harcsapaprikás[1,4,7], Galuska [1,3], Csemege uborka[10]		Lencsegulyás (sertés) csipetkével[1,3], Tejföl öntet főételhez[7], Tészta köret (durum fodros metélt)[1], Sajt szórát[7]	
	E: 962 kcal	E: 4025 KJ	E: 969 kcal	E: 4055 KJ	E: 1332 kcal	E: 5575 KJ	E: 874 kcal	E: 3658 KJ	E: 992 kcal	E: 4126 KJ
	Zsír: 31 g	Tel.zsír.: 4 g	Zsír: 44 g	Tel.zsír.: 9 g	Zsír: 53 g	Tel.zsír.: 8 g	Zsír: 32 g	Tel.zsír.: 6 g	Zsír: 42 g	Tel.zsír.: 14 g
	Feh.: 46 g	CH: 120 g	Feh.: 30 g	CH: 111 g	Feh.: 55 g	CH: 145 g	Feh.: 40 g	CH: 99 g	Feh.: 53 g	CH: 98 g
	Cuk: 14 g	Só: 2.05 g	Cuk: 49 g	Só: 2.46 g	Cuk: 37 g	Só: 1.96 g	Cuk: 14 g	Só: 4.33 g	Cuk: 9 g	Só: 1.47 g
	Ca: 153 mg	Ca: 48 mg	Ca: 130 mg	Ca: 0 mg	Ca: 198 mg	Ca: 82 mg	Ca: 152 mg	Ca: 29 mg	Ca: 491 mg	Ca: 398 mg
	Vas: 2 mg	Cuk.: 22 g	Vas: 4 mg	Cuk.: 66 g	Vas: 4 mg	Cuk.: 60 g	Vas: 4 mg	Cuk.: 15 g	Vas: 5 mg	Cuk.: 9 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										