

Felnőtt

2026-07-27 - 2026-08-02

	2026-07-27		2026-07-28		2026-07-29		2026-07-30		2026-07-31	
Ebéd	Paradicsomleves betűtésztaval[1,3,9], Budapest pulykaragu , bulgur[1]		Almaleves #[1,7], Rakott burgonya füstölt kolbásszal[3,7], Uborkasaláta		Zabgaluskaleves[1,3,9], Húsgolyó, Zöldborsó főzelék [1,7], Nektarin		Kukoricaleves[1,7,9], Pattogatott kukorica szórát, Zöldfűszeres joghurtban pácolt csirkecomb (alsó)[7], Rizi-bizi, Paradicsom saláta		Legényfogó leves[7,9], Káposztás kocka[1]	
	E: 929 kcal	E: 3880 KJ	E: 847 kcal	E: 3542 KJ	E: 992 kcal	E: 4151 KJ	E: 1136 kcal	E: 4755 KJ	E: 1000 kcal	E: 4143 KJ
	Zsír: 35 g	Tel.zsír.: 7 g	Zsír: 42 g	Tel.zsír.: 16 g	Zsír: 37 g	Tel.zsír.: 3 g	Zsír: 41 g	Tel.zsír.: 11 g	Zsír: 26 g	Tel.zsír.: 3 g
	Feh.: 44 g	CH: 112 g	Feh.: 23 g	CH: 88 g	Feh.: 46 g	CH: 115 g	Feh.: 50 g	CH: 138 g	Feh.: 34 g	CH: 153 g
	Cuk: 30 g	Só: 1.91 g	Cuk: 39 g	Só: 2.6 g	Cuk: 33 g	Só: 2.46 g	Cuk: 8 g	Só: 3.01 g	Cuk: 60 g	Só: 1.64 g
	Ca: 81 mg	Ca: 0 mg	Ca: 217 mg	Ca: 138 mg	Ca: 223 mg	Ca: 90 mg	Ca: 161 mg	Ca: 74 mg	Ca: 158 mg	Ca: 12 mg
	Vas: 7 mg	Cuk.: 57 g	Vas: 3 mg	Cuk.: 67 g	Vas: 3 mg	Cuk.: 33 g	Vas: 5 mg	Cuk.: 8 g	Vas: 4 mg	Cuk.: 90 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

--