

Bölcsődés étlap

Étlap

2024. március 25 - 2024. március 28

Étkezés	2024.03.25 Hétfő	2024.03.26 Kedd	2024.03.27 Szerda	2024.03.28 Csütörtök
Reggeli	Kakaó ⁷ , Kukoricás babajka ¹ , Margarin E: 236,82kcal Tel.zsír.: 5,31g CH: 29,66g Só: 0,59g Zsír: 8,44g Feh.: 9,08g Cuk: 5,00g Ca: 320,03mg	tej 2.8 % zsírtartalommal ⁷ , Zöldséges stangli ^{1,7} , Kockasajt ⁷ E: 230,66kcal Tel.zsír.: 5,89g CH: 25,84g Só: 0,70g Zsír: 9,12g Feh.: 10,13g Cuk: g Ca: 419,80mg	Tejeskávé ^{1,7} , Tejes kifli ^{1,7} E: 175,02kcal Tel.zsír.: 4,03g CH: 23,62g Só: 0,45g Zsír: 5,49g Feh.: 6,72g Cuk: g Ca: 240,00mg	tej 2.8 % zsírtartalommal ⁷ , Korpás zsemle ¹ , Margarin, Főtt tojás ³ , Kigyóuborka E: 247,55kcal Tel.zsír.: 4,93g CH: 24,50g Só: 0,64g Zsír: 10,26g Feh.: 11,41g Cuk: g Ca: 331,00mg
Tízórai	Házi meggyes joghurt ⁷ E: 118,95kcal Tel.zsír.: 3,45g CH: 11,20g Só: 0,07g Zsír: 5,50g Feh.: 5,35g Cuk: g Ca: 15,65mg	Banános túrókrém ⁷ E: 108,75kcal Tel.zsír.: 2,30g CH: 24,30g Só: 0,05g Zsír: 3,55g Feh.: 8,65g Cuk: g Ca: 43,00mg	Alma E: 26,10kcal Tel.zsír.: g CH: 5,25g Só: 0,01g Zsír: 0,30g Feh.: 0,30g Cuk: g Ca: 7,88mg	Vegyes gyümölcsjoghurt házi ⁷ E: 135,64kcal Tel.zsír.: 2,41g CH: 20,09g Só: 0,05g Zsír: 3,92g Feh.: 4,11g Cuk: 7,00g Ca: 17,60mg
Ebéd	Bácskai rizseshús ¹² , cékla E: 271,00kcal Tel.zsír.: 0,56g CH: 39,84g Só: 1,19g Zsír: 7,10g Feh.: 11,17g Cuk: g Ca: 28,45mg	Sült csirkecombfilé, Burgonyafőzelék ^{1,7,12} E: 246,69kcal Tel.zsír.: 2,24g CH: 22,81g Só: 0,95g Zsír: 15,29g Feh.: 11,38g Cuk: g Ca: 41,84mg	Borsos tokány sertésből ^{1,7,12} , Párolt bulgur ^{1,9} E: 369,61kcal Tel.zsír.: 2,42g CH: 40,00g Só: 1,08g Zsír: 14,40g Feh.: 16,16g Cuk: g Ca: 44,79mg	Brokkoli főzelék ^{1,7} , Sajtos májfelfűjt ^{1,3,7,12} E: 196,41kcal Tel.zsír.: 3,80g CH: 13,98g Só: 1,31g Zsír: 8,30g Feh.: 15,54g Cuk: g Ca: 224,83mg
Uzsonna	tej 2.8 % zsírtartalommal ⁷ , Korpás bagett ¹ , sajtkrém, natur ⁷ , TV paprika E: 237,33kcal Tel.zsír.: 5,62g CH: 26,72g Só: 1,00g Zsír: 8,75g Feh.: 10,02g Cuk: g Ca: 322,40mg	UHT tej 2,8 ⁷ , Teljeskiőrlésű rozskenyér ¹ , Halpástétom, Afrikai harcsa, magyaros ⁴ , paradicsom E: 235,75kcal Tel.zsír.: 4,50g CH: 23,80g Só: 0,80g Zsír: 10,50g Feh.: 10,02g Cuk: g Ca: 242,80mg	tej 2.8 % zsírtartalommal ⁷ , Burgonyás zsemle ¹ , Margarin, Pápai szendvics sonka, Kaliforniai paprika E: 258,17kcal Tel.zsír.: 5,39g CH: 31,62g Só: 1,04g Zsír: 8,90g Feh.: 11,79g Cuk: g Ca: 321,40mg	UHT tej 2,8 ⁷ , Böngyöle ^{1,6,7,12} , Lilahagyma, Tejfölös túró ⁷ E: 273,26kcal Tel.zsír.: 6,85g CH: 27,13g Só: 0,90g Zsír: 12,04g Feh.: 13,63g Cuk: g Ca: 271,80mg
Energia:	864,10kcal	821,85kcal	828,90kcal	852,86kcal
Zsír:	29,79g	38,46g	29,09g	34,52g
Telített zsírsav:	14,93g	14,93g	11,83g	17,99g
Fehérje:	35,62g	40,18g	34,97g	44,70g
Szénhidrát:	107,42g	96,75g	100,49g	85,70g
Hozzáadott cukor:	5,00g	g	g	7,00g
Só:	2,85g	2,50g	2,58g	2,90g
Ca:	686,53mg	747,44mg	614,06mg	845,23mg

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

Óvodás Étlap

Étlap

2024. március 25 - 2024. március 28

Étkezés	2024.03.25 Hétfő	2024.03.26 Kedd	2024.03.27 Szerda	2024.03.28 Csütörtök
Tízórai	Kakaó ⁷ , Sajtos kifli ^{1,7} , Margarin E: 318,68kcal Tel.zsír.: 6,29g CH: 44,26g Só: 0,79g Zsír: 10,08g Feh.: 11,03g Cuk: 11,99g Ca: 320,07mg	Eper-Homoktövis gyümölcsstea ¹² , Magvas (Kornspitz) kifli ^{1,7} , Kockasajt ⁷ E: 279,35kcal Tel.zsír.: 3,49g CH: 46,38g Só: 1,01g Zsír: 5,92g Feh.: 8,33g Cuk: 6,99g Ca: 164,71mg	Tejeskávé ^{1,7} , Tejes kifli ^{1,7} E: 273,13kcal Tel.zsír.: 5,37g CH: 39,20g Só: 0,77g Zsír: 7,50g Feh.: 10,37g Cuk: g Ca: 320,00mg	Tea ¹² , Korpás zsemle ¹ , Margarin, Főtt tojás ³ , Kígyóuborka E: 272,82kcal Tel.zsír.: 0,95g CH: 35,96g Só: 0,83g Zsír: 7,33g Feh.: 10,73g Cuk: 6,99g Ca: 21,45mg
Ebéd	Zellerkrémleves ^{1,7,8,9} , Pirított zsemle/kenyér kocka ^{1,3} , Bácskai rizseshús ¹² , cékla E: 539,70kcal Tel.zsír.: 3,69g CH: 70,95g Só: 2,41g Zsír: 19,26g Feh.: 19,31g Cuk: g Ca: 61,46mg	Májgombóc (májgaluska) leves ^{1,3,9} , Sült csirkecombfilé, Burgonyafőzelék ^{1,7,12} , Kókuszos műzliszelet ⁶ E: 584,92kcal Tel.zsír.: 7,63g CH: 56,94g Só: 2,47g Zsír: 32,33g Feh.: 21,94g Cuk: g Ca: 98,18mg	Tyúkhúsleves csigatésztával ^{1,3,8,9} , Borsos tokány sertésből ^{1,7,12} , Párolt bulgur ^{1,9} , Banán E: 576,61kcal Tel.zsír.: 3,48g CH: 88,76g Só: 3,01g Zsír: 20,68g Feh.: 23,06g Cuk: g Ca: 82,98mg	Fokhagymás rántott leves ^{1,12} , Levesgyöngy betét ^{1,3,7} , Brokkoli főzelék ^{1,7} , Fasírt (sertés) ^{1,3,12} E: 485,37kcal Tel.zsír.: 4,73g CH: 37,89g Só: 2,45g Zsír: 27,98g Feh.: 19,06g Cuk: g Ca: 281,44mg
Uzsonna	Teljeskiőrlésű búzakenyér ¹ , sajtkrém, natur ⁷ , TV paprika E: 173,35kcal Tel.zsír.: 2,54g CH: 27,90g Só: 1,30g Zsír: 4,14g Feh.: 5,55g Cuk: g Ca: 3,60mg	Teljeskiőrlésű rozskenyér ¹ , Halpástétom, Afrikai harcsa, magyaros ⁴ , paradicsom E: 205,52kcal Tel.zsír.: 0,98g CH: 27,40g Só: 1,05g Zsír: 6,74g Feh.: 5,86g Cuk: g Ca: 4,20mg	Teljeskiőrlésű tönkölybúza kenyér ¹ , Margarin, Pápai szendvics sonka, Kaliforniai paprika E: 173,49kcal Tel.zsír.: 1,60g CH: 27,53g Só: 1,30g Zsír: 3,69g Feh.: 7,23g Cuk: g Ca: 2,10mg	Teljeskiőrlésű búzakenyér ¹ , Lilahagyma, Tejfölös túró ⁷ E: 192,95kcal Tel.zsír.: 2,36g CH: 29,27g Só: 0,97g Zsír: 4,23g Feh.: 8,74g Cuk: g Ca: 41,30mg
Energia:	1 031,73kcal	1 069,80kcal	1 023,23kcal	951,15kcal
Zsír:	33,48g	44,99g	31,87g	39,55g
Telített zsírsav:	12,52g	12,10g	10,45g	8,04g
Fehérje:	35,90g	36,13g	40,66g	38,53g
Szénhidrát:	143,10g	130,72g	155,49g	103,12g
Hozzáadott cukor:	11,99g	6,99g	g	6,99g
Só:	4,50g	4,53g	5,09g	4,25g
Ca:	385,13mg	267,09mg	405,08mg	344,18mg

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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

Alsó tagozatos Iskolás Étlap

Étlap

2024. március 25 - 2024. március 28

Étkezés	2024.03.25 Hétfő	2024.03.26 Kedd	2024.03.27 Szerda	2024.03.28 Csütörtök
Tízórai	Kakaó ⁷ , Sajtos kifli ^{1,7} , Margarin E: 385,17kcal Tel.zsír.: 8,31g CH: 50,84g Só: 0,90g Zsír: 13,69g Feh.: 12,82g Cuk: 15,98g Ca: 400,10mg	Eper-Homoktövis gyümölcsstea ¹² , Magvas (Kornspitz) kifli ^{1,7} , Kockasajt ⁷ E: 279,35kcal Tel.zsír.: 3,49g CH: 46,38g Só: 1,01g Zsír: 5,92g Feh.: 8,33g Cuk: 6,99g Ca: 164,71mg	Tejeskávé ^{1,7} , Tejes kifli ^{1,7} E: 306,87kcal Tel.zsír.: 6,54g CH: 42,46g Só: 0,83g Zsír: 9,07g Feh.: 11,89g Cuk: g Ca: 400,00mg	Tea ¹² , Korpás zsemle ¹ , Margarin, Főtt tojás ³ , Kígyóuborka E: 299,73kcal Tel.zsír.: 1,85g CH: 38,13g Só: 0,91g Zsír: 9,34g Feh.: 10,91g Cuk: 8,99g Ca: 22,96mg
Ebéd	Zellerkrémleves ^{1,7,8,9} , Pirított zsemle/kenyér kocka ^{1,3} , Bácskai rizseshús ¹² , cékla E: 667,02kcal Tel.zsír.: 4,70g CH: 85,78g Só: 3,54g Zsír: 24,29g Feh.: 24,83g Cuk: g Ca: 78,34mg	Májgombóc (májgaluska) leves ^{1,3,9} , Sült csirkecombfilé, Burgonyafőzelék ^{1,7,12} , Kókuszos műzliszelet ⁶ E: 701,07kcal Tel.zsír.: 9,20g CH: 64,18g Só: 3,13g Zsír: 40,70g Feh.: 26,62g Cuk: g Ca: 125,39mg	Tyúkhúsleves csigatésztával ^{1,3,8,9} , Borsos tokány sertésből ^{1,7,12} , Párolt bulgur ^{1,9} , Banán E: 722,45kcal Tel.zsír.: 4,26g CH: 119,17g Só: 3,66g Zsír: 25,41g Feh.: 29,50g Cuk: g Ca: 104,82mg	Fokhagymás rántott leves ^{1,12} , Levesgyöngy betét ^{1,3,7} , Brokkoli főzelék ^{1,7} , Fasírt (sertés) ^{1,3,12} E: 608,73kcal Tel.zsír.: 5,93g CH: 46,58g Só: 3,07g Zsír: 36,05g Feh.: 22,87g Cuk: g Ca: 332,26mg
Uzsonna	Teljeskiőrlésű búzakenyér ¹ , sajtkrém, natur ⁷ , TV paprika E: 175,31kcal Tel.zsír.: 2,54g CH: 28,20g Só: 1,30g Zsír: 4,17g Feh.: 5,67g Cuk: g Ca: 4,80mg	Teljeskiőrlésű rozskenyér ¹ , Halpástétom, Afrikai harcsa, magyaros ⁴ , paradicsom E: 241,10kcal Tel.zsír.: 1,40g CH: 28,40g Só: 1,21g Zsír: 9,80g Feh.: 6,84g Cuk: g Ca: 5,60mg	Teljeskiőrlésű tönkölybúza kenyér ¹ , Margarin, Pápai szendvics sonka, Kaliforniai paprika E: 207,13kcal Tel.zsír.: 2,77g CH: 28,49g Só: 1,63g Zsír: 6,32g Feh.: 8,91g Cuk: g Ca: 2,80mg	Teljeskiőrlésű búzakenyér ¹ , Lilahagyma, Tejfölös túró ⁷ E: 208,15kcal Tel.zsír.: 2,79g CH: 30,36g Só: 1,03g Zsír: 4,99g Feh.: 9,73g Cuk: g Ca: 50,80mg
Energia:	1 227,49kcal	1 221,52kcal	1 236,45kcal	1 116,61kcal
Zsír:	42,15g	56,42g	40,80g	50,39g
Telített zsírsav:	15,55g	14,09g	13,57g	10,58g
Fehérje:	43,31g	41,80g	50,30g	43,50g
Szénhidrát:	164,82g	138,96g	190,12g	115,06g
Hozzáadott cukor:	15,98g	6,99g	g	8,99g
Só:	5,75g	5,35g	6,12g	5,01g
Ca:	483,24mg	295,70mg	507,62mg	406,02mg

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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

Felső tagozatos Iskolás Étlap

Étlap

2024. március 25 - 2024. március 28

Étkezés	2024.03.25 Hétfő	2024.03.26 Kedd	2024.03.27 Szerda	2024.03.28 Csütörtök
Tízórai	Kakaó ⁷ , Sajtos kifli ^{1,7} , Margarin E: 395,04kcal Tel.zsír.: 8,37g CH: 52,88g Só: 0,90g Zsír: 13,79g Feh.: 12,92g Cuk: 17,98g Ca: 400,11mg	Eper-Homoktövis gyümölcsstea ¹² , Magvas (Kornspitz) kifli ^{1,7} , Kockasajt ⁷ E: 310,32kcal Tel.zsír.: 5,02g CH: 47,86g Só: 1,13g Zsír: 8,30g Feh.: 9,37g Cuk: 6,99g Ca: 249,54mg	Tejeskávé ^{1,7} , Tejes kifli ^{1,7} E: 313,94kcal Tel.zsír.: 6,80g CH: 43,60g Só: 0,84g Zsír: 9,32g Feh.: 11,91g Cuk: g Ca: 400,00mg	Tea ¹² , Korpás zsemle ¹ , Margarin, Főtt tojás ³ , Kígyóuborka E: 386,18kcal Tel.zsír.: 1,85g CH: 39,54g Só: 1,02g Zsír: 14,15g Feh.: 16,41g Cuk: 9,99g Ca: 40,47mg
Ebéd	Zellerkrémleves ^{1,7,8,9} , Pirított zsemle/kenyér kocka ^{1,3} , Bácskai rizseshús ¹² , cékla E: 776,57kcal Tel.zsír.: 6,08g CH: 97,92g Só: 3,96g Zsír: 29,33g Feh.: 28,28g Cuk: g Ca: 86,37mg	Májgombóc (májgaluska) leves ^{1,3,9} , Sült csirkecombfilé, Burgonyafőzelék ^{1,7,12} , Kókuszos műzliszelet ⁶ E: 794,15kcal Tel.zsír.: 9,73g CH: 72,87g Só: 3,60g Zsír: 46,02g Feh.: 29,74g Cuk: g Ca: 137,58mg	Tyúkhúsleves csigatésztával ^{1,3,8,9} , Borsos tokány sertésből ^{1,7,12} , Párolt bulgur ^{1,9} , Banán E: 844,02kcal Tel.zsír.: 4,94g CH: 142,34g Só: 4,05g Zsír: 29,99g Feh.: 33,55g Cuk: g Ca: 122,25mg	Fokhagymás rántott leves ^{1,12} , Levesgyöngy betét ^{1,3,7} , Brokkoli főzelék ^{1,7} , Fasírt (sertés) ^{1,3,12} E: 737,50kcal Tel.zsír.: 7,21g CH: 57,96g Só: 3,90g Zsír: 43,52g Feh.: 26,95g Cuk: g Ca: 374,21mg
Uzsonna	Teljeskiőrlésű búzakenyér ¹ , sajtkrém, natur ⁷ , TV paprika E: 191,46kcal Tel.zsír.: 3,32g CH: 29,00g Só: 1,45g Zsír: 5,40g Feh.: 6,17g Cuk: g Ca: 6,00mg	Teljeskiőrlésű rozskenyér ¹ , Halpástétom, Afrikai harcsa, magyaros ⁴ , paradicsom E: 276,68kcal Tel.zsír.: 1,81g CH: 29,40g Só: 1,36g Zsír: 12,86g Feh.: 7,82g Cuk: g Ca: 7,00mg	Teljeskiőrlésű tönkölybúza kenyér ¹ , Margarin, Pápai szendvics sonka, Kaliforniai paprika E: 210,22kcal Tel.zsír.: 2,77g CH: 29,10g Só: 1,64g Zsír: 6,35g Feh.: 9,01g Cuk: g Ca: 3,50mg	Teljeskiőrlésű búzakenyér ¹ , Lilahagyma, Tejfölös túró ⁷ E: 231,77kcal Tel.zsír.: 3,57g CH: 31,63g Só: 1,07g Zsír: 6,36g Feh.: 11,26g Cuk: g Ca: 65,10mg
Energia:	1 363,07kcal	1 381,14kcal	1 368,17kcal	1 355,45kcal
Zsír:	48,52g	67,18g	45,66g	64,03g
Telített zsírsav:	17,77g	16,56g	14,51g	12,63g
Fehérje:	47,37g	46,92g	54,47g	54,61g
Szénhidrát:	179,80g	150,13g	215,03g	129,13g
Hozzáadott cukor:	17,98g	6,99g	g	9,99g
Só:	6,32g	6,09g	6,52g	5,98g
Ca:	492,47mg	394,12mg	525,75mg	479,78mg

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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

Középiskolás Étlap

Étlap

2024. március 25 - 2024. március 28

2024.03.25 Hétfő	2024.03.26 Kedd	2024.03.27 Szerda	2024.03.28 Csütörtök
<p>Zellerkrémleves^{1,7,8,9}, Pirított zsemle/kenyér kocka^{1,3}, Bácskai rizseshús¹²</p> <p>E: 779,93kcal Tel.zsír.: 6,42g CH: 91,17g Só: 3,69g</p> <p>Zsír: 31,17g Feh.: 29,95g Cuk: g Ca: 65,61mg</p>	<p>Májgombóc (májgaluska) leves^{1,3,9}, Sült csirkecombfilé, Burgonyafőzelék^{1,7,12}</p> <p>E: 769,78kcal Tel.zsír.: 6,77g CH: 63,83g Só: 4,02g</p> <p>Zsír: 46,84g Feh.: 31,49g Cuk: g Ca: 153,58mg</p>	<p>Tyúkhúsleves csigatésztával^{1,3,8,9}, Borsos tokány sertésből^{1,7,12}, Párolt bulgur^{1,9}</p> <p>E: 854,77kcal Tel.zsír.: 5,43g CH: 91,86g Só: 4,93g</p> <p>Zsír: 33,32g Feh.: 36,38g Cuk: g Ca: 129,46mg</p>	<p>Fokhagymás rántott leves^{1,12}, Levesgyöngy betét^{1,3,7}, Brokkoli főzelék^{1,7}, Fasírt (sertés)^{1,3,12}</p> <p>E: 823,53kcal Tel.zsír.: 7,79g CH: 65,23g Só: 4,98g</p> <p>Zsír: 48,73g Feh.: 29,22g Cuk: g Ca: 394,78mg</p>
<p>Energia: 779,93kcal Zsír: 31,17g Telített zsírsav: 6,42g Fehérje: 29,95g Szénhidrát: 91,17g Hozzáadott cukor: g Só: 3,69g Ca: 65,61mg</p>	<p>Energia: 769,78kcal Zsír: 46,84g Telített zsírsav: 6,77g Fehérje: 31,49g Szénhidrát: 63,83g Hozzáadott cukor: g Só: 4,02g Ca: 153,58mg</p>	<p>Energia: 854,77kcal Zsír: 33,32g Telített zsírsav: 5,43g Fehérje: 36,38g Szénhidrát: 91,86g Hozzáadott cukor: g Só: 4,93g Ca: 129,46mg</p>	<p>Energia: 823,53kcal Zsír: 48,73g Telített zsírsav: 7,79g Fehérje: 29,22g Szénhidrát: 65,23g Hozzáadott cukor: g Só: 4,98g Ca: 394,78mg</p>

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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

Felnőtt Étlap

Étlap

2024. március 25 - 2024. március 28

2024.03.25 Hétfő	2024.03.26 Kedd	2024.03.27 Szerda	2024.03.28 Csütörtök
<p>Zellerkrémleves^{1,7,8,9}, Pirított zsemle/kenyér kocka^{1,3}, Bácskai rizseshús¹²</p> <p>E: 779,93kcal Tel.zsír.: 6,42g CH: 91,17g Só: 3,69g</p> <p>Zsír: 31,17g Feh.: 29,95g Cuk: g Ca: 65,61mg</p>	<p>Májgombóc (májgaluska) leves^{1,3,9}, Sült csirkecombfilé, Burgonyafőzelék^{1,7,12}</p> <p>E: 769,78kcal Tel.zsír.: 6,77g CH: 63,83g Só: 4,02g</p> <p>Zsír: 46,84g Feh.: 31,49g Cuk: g Ca: 153,58mg</p>	<p>Tyúkhúsleves csigatésztával^{1,3,8,9}, Borsos tokány sertésből^{1,7,12}, Párolt bulgur^{1,9}</p> <p>E: 854,77kcal Tel.zsír.: 5,43g CH: 91,86g Só: 4,93g</p> <p>Zsír: 33,32g Feh.: 36,38g Cuk: g Ca: 129,46mg</p>	<p>Fokhagymás rántott leves^{1,12}, Levesgyöngy betét^{1,3,7}, Brokkoli főzelék^{1,7}, Fasírt (sertés)^{1,3,12}</p> <p>E: 823,53kcal Tel.zsír.: 7,79g CH: 65,23g Só: 4,98g</p> <p>Zsír: 48,73g Feh.: 29,22g Cuk: g Ca: 394,78mg</p>
<p>Energia: 779,93kcal Zsír: 31,17g Telített zsírsav: 6,42g Fehérje: 29,95g Szénhidrát: 91,17g Hozzáadott cukor: g Só: 3,69g Ca: 65,61mg</p>	<p>Energia: 769,78kcal Zsír: 46,84g Telített zsírsav: 6,77g Fehérje: 31,49g Szénhidrát: 63,83g Hozzáadott cukor: g Só: 4,02g Ca: 153,58mg</p>	<p>Energia: 854,77kcal Zsír: 33,32g Telített zsírsav: 5,43g Fehérje: 36,38g Szénhidrát: 91,86g Hozzáadott cukor: g Só: 4,93g Ca: 129,46mg</p>	<p>Energia: 823,53kcal Zsír: 48,73g Telített zsírsav: 7,79g Fehérje: 29,22g Szénhidrát: 65,23g Hozzáadott cukor: g Só: 4,98g Ca: 394,78mg</p>

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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt