

Bölcsődés étlap

Étlap

2024. április 29 - 2024. május 3

Étkezés	2024.04.29 Hétfő	2024.04.30 Kedd	2024.05.02 Csütörtök	2024.05.03 Péntek
Reggeli	Erdeigyümölcs tea ¹² , Burgonyás zsemle ¹ , Kenőmájas ⁶ , Kaliforniai paprika E: 170,64kcal Tel.zsír.: 1,28g CH: 28,75g Só: 0,68g Zsír: 3,25g Feh.: 5,69g Cuk: 6,99g Ca: 1,44mg	Vaníliás tej ⁷ , Fahéjas csiga ¹ E: 253,46kcal Tel.zsír.: 7,58g CH: 27,08g Só: 0,37g Zsír: 12,42g Feh.: 7,76g Cuk: g Ca: 320,00mg	Meggy-Berkenye gyümölcs tea ¹² , Félbarna kenyér ¹ , Margarin, Méz E: 125,83kcal Tel.zsír.: 1,00g CH: 24,16g Só: 0,44g Zsír: 2,18g Feh.: 1,99g Cuk: 6,99g Ca: 0,04mg	UHT tej 2,8 ⁷ , Teljeskiőrésű búzakenyér ¹ , Margarin, Zala felvágott ⁶ E: 232,08kcal Tel.zsír.: 5,89g CH: 22,44g Só: 1,06g Zsír: 10,81g Feh.: 11,05g Cuk: g Ca: 243,06mg
Tízórai	Tejben zabpehely ^{1,5,7,8,11,12} E: 170,92kcal Tel.zsír.: 3,55g CH: 25,94g Só: 1,15g Zsír: 6,38g Feh.: 8,18g Cuk: g Ca: 273,75mg	Gyümölcssaláta ¹² E: 59,01kcal Tel.zsír.: g CH: 20,26g Só: 0,02g Zsír: 0,21g Feh.: 0,62g Cuk: 3,00g Ca: 15,52mg	Almás túrókrém ⁷ E: 121,12kcal Tel.zsír.: 3,22g CH: 7,35g Só: 0,03g Zsír: 5,05g Feh.: 11,35g Cuk: g Ca: 59,85mg	Banán E: 57,36kcal Tel.zsír.: g CH: 33,75g Só: 0,04g Zsír: 0,08g Feh.: 0,97g Cuk: g Ca: 4,50mg
Ebéd	Brokkoli főzelék ^{1,7} , Sajtos tojásfelfújt ^{1,3,7} E: 233,26kcal Tel.zsír.: 6,06g CH: 15,11g Só: 1,56g Zsír: 12,24g Feh.: 14,70g Cuk: g Ca: 250,41mg	Pikáns sült csirkecomb szezámaggal ^{7,11} , Párolt bulgur ^{1,9} , Őszibarack befőtt E: 400,94kcal Tel.zsír.: 2,05g CH: 47,71g Só: 1,04g Zsír: 18,22g Feh.: 20,14g Cuk: 5,60g Ca: 60,22mg	Burgonyafőzelék ^{1,7,12} , Köményes pulykasült ¹² , Narancs E: 305,67kcal Tel.zsír.: 2,22g CH: 30,43g Só: 1,03g Zsír: 11,45g Feh.: 19,55g Cuk: g Ca: 60,69mg	Csöben sült karfiol csirkemájjal ^{1,3,7,8} E: 265,91kcal Tel.zsír.: 7,12g CH: 17,56g Só: 0,81g Zsír: 15,06g Feh.: 14,40g Cuk: g Ca: 152,78mg
Uzsonna	tej 2.8 % zsírtartalommal ⁷ , Rozsos babajka ¹ , Vajkrém ⁷ , Kígyóuborka E: 247,67kcal Tel.zsír.: 6,66g CH: 27,34g Só: 0,78g Zsír: 10,01g Feh.: 9,87g Cuk: g Ca: 325,50mg	tej 2.8 % zsírtartalommal ⁷ , Teljeskiőrésű rozskenyér ¹ , sajtkrém, natur ⁷ , paradicsom E: 215,01kcal Tel.zsír.: 5,64g CH: 24,30g Só: 0,88g Zsír: 8,34g Feh.: 8,86g Cuk: g Ca: 322,80mg	UHT tej 2,8 ⁷ , Sajtos kifli ^{1,7} , Házi húskrém kkl ¹² , TV paprika E: 260,73kcal Tel.zsír.: 6,20g CH: 21,58g Só: 0,59g Zsír: 15,08g Feh.: 11,68g Cuk: g Ca: 247,10mg	UHT tej 2,8 ⁷ , Tönkölybúza párna (teljeskiőrésű) ^{1,7} , Kockasajt ⁷ , Ujhagyma E: 253,16kcal Tel.zsír.: 5,87g CH: 31,01g Só: 0,74g Zsír: 9,09g Feh.: 11,34g Cuk: g Ca: 354,20mg
Energia:	822,49kcal	928,42kcal	813,35kcal	808,51kcal
Zsír:	31,88g	39,20g	33,76g	35,03g
Telített zsírsav:	17,56g	15,27g	12,64g	18,88g
Fehérje:	38,45g	37,38g	44,57g	37,76g
Szénhidrát:	97,13g	119,35g	83,53g	104,76g
Hozzáadott cukor:	6,99g	8,60g	6,99g	g
Só:	4,16g	2,31g	2,08g	2,65g
Ca:	851,11mg	718,54mg	367,68mg	754,54mg

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

Óvodás Étlap

Étlap

2024. április 29 - 2024. május 3

Étkezés	2024.04.29 Hétfő	2024.04.30 Kedd	2024.05.02 Csütörtök	2024.05.03 Péntek
Tízórai	Erdeigyümölcs tea ¹² , Burgonyás zsemle ¹ , Kenőmájas ⁶ , Kaliforniai paprika E: 284,75kcal Tel.zsír.: 1,76g CH: 49,41g Só: 1,15g Zsír: 4,57g Feh.: 9,80g Cuk: 6,99g Ca: 2,14mg	Vaníliás tej ⁷ , Fahéjas csiga ¹ E: 390,76kcal Tel.zsír.: 11,15g CH: 44,15g Só: 0,54g Zsír: 19,25g Feh.: 9,51g Cuk: g Ca: 320,00mg	Meggy-Berkenye gyümölcsstea ¹² , Félbarna kenyér ¹ , Margarin, Méz E: 204,87kcal Tel.zsír.: 1,10g CH: 41,21g Só: 0,81g Zsír: 2,35g Feh.: 3,89g Cuk: 6,99g Ca: 0,04mg	tej 2.8 % zsírtartalommal ⁷ , Teljeskiőrlesű búzafelvágott ¹ , Margarin, Zala felvágott ⁶ , Hónapos retek E: 312,09kcal Tel.zsír.: 6,56g CH: 36,28g Só: 1,65g Zsír: 12,06g Feh.: 13,61g Cuk: g Ca: 338,18mg
Ebéd	Reszelt tészta leves ^{1,3,9} , Brokkoli főzelék ^{1,7} , Fűszeres aprópecsenye ¹² , Banán E: 510,03kcal Tel.zsír.: 3,05g CH: 61,32g Só: 2,12g Zsír: 28,39g Feh.: 21,62g Cuk: g Ca: 286,71mg	Tojásleves ^{1,3,9} , Pikáns sült csirkecomb szezámmaggal ^{7,11} , Petrezselymes rizs, Őszibarack befőtt E: 512,22kcal Tel.zsír.: 3,07g CH: 57,98g Só: 2,03g Zsír: 26,11g Feh.: 22,90g Cuk: 8,40g Ca: 76,12mg	Húsgaluska leves ^{1,3,9} , Burgonyafőzelék ^{1,7,12} , Köményes sertéssült ¹² , Alma E: 581,27kcal Tel.zsír.: 3,75g CH: 43,46g Só: 2,67g Zsír: 33,74g Feh.: 21,43g Cuk: g Ca: 83,52mg	Fokhagymás rántott leves ^{1,12} , Pirított zsemle/kenyér kocka ^{1,3} , Káposztás tészta (káposztás kocka) ¹ E: 487,26kcal Tel.zsír.: 3,80g CH: 70,12g Só: 0,91g Zsír: 17,68g Feh.: 9,74g Cuk: 3,00g Ca: 53,26mg
Uzsonna	Teljeskiőrlesű búzakenyér ¹ , Vajkrém ⁷ , Kígyóborka E: 192,44kcal Tel.zsír.: 4,10g CH: 27,21g Só: 1,13g Zsír: 6,48g Feh.: 5,85g Cuk: g Ca: 8,25mg	Teljeskiőrlesű rozskenyér ¹ , sajtkrém, natur ⁷ , paradicsom E: 181,33kcal Tel.zsír.: 2,50g CH: 27,70g Só: 1,20g Zsír: 4,26g Feh.: 5,24g Cuk: g Ca: 4,20mg	Sajtos kifli ^{1,7} , Házi húskrém kkl ¹² , TV paprika E: 230,96kcal Tel.zsír.: 3,33g CH: 23,43g Só: 0,76g Zsír: 12,64g Feh.: 8,06g Cuk: g Ca: 9,87mg	Tönkölybúza párna (teljeskiőrlesű) ^{1,7} , Kockasajt ⁷ , Újhagyma E: 259,94kcal Tel.zsír.: 3,50g CH: 41,47g Só: 1,02g Zsír: 5,98g Feh.: 8,87g Cuk: g Ca: 186,27mg
Energia:	987,22kcal	1 084,31kcal	1 017,10kcal	1 059,30kcal
Zsír:	39,44g	49,62g	48,73g	35,72g
Telített zsírsav:	8,90g	16,72g	8,17g	13,86g
Fehérje:	37,27g	37,65g	33,37g	32,22g
Szénhidrát:	137,94g	129,83g	108,11g	147,87g
Hozzáadott cukor:	6,99g	8,40g	6,99g	3,00g
Só:	4,41g	3,77g	4,24g	3,59g
Ca:	297,11mg	400,32mg	93,44mg	577,71mg

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

Alsó tagozatos Iskolás Étlap

Étlap

2024. április 29 - 2024. május 3

Étkezés	2024.04.29 Hétfő	2024.04.30 Kedd	2024.05.02 Csütörtök	2024.05.03 Péntek
Tízórai	Erdeigyümölcs tea ¹² , Burgonyás zsemle ¹ , Kenőmájas ⁶ , Kaliforniai paprika E: 312,17kcal Tel.zsír.: 2,56g CH: 50,38g Só: 1,35g Zsír: 6,50g Feh.: 11,38g Cuk: 6,99g Ca: 2,84mg	Vaníliás tej ⁷ , Fahéjas csiga E: 421,71kcal Tel.zsír.: 12,15g CH: 47,15g Só: 0,59g Zsír: 20,65g Feh.: 11,01g Cuk: g Ca: 400,00mg	Meggy-Berkenye gyümölcsstea ¹² , Félbarna kenyér ¹ , Margarin, Méz E: 222,55kcal Tel.zsír.: 2,00g CH: 41,21g Só: 0,87g Zsír: 4,35g Feh.: 3,97g Cuk: 6,99g Ca: 0,04mg	tej 2.8 % zsírtartalommal ⁷ , Teljeskiörlesű búzakenyér ¹ , Margarin, Zala felvágott ⁶ , Hónapos retek E: 384,78kcal Tel.zsír.: 9,18g CH: 39,06g Só: 2,03g Zsír: 17,46g Feh.: 16,87g Cuk: g Ca: 424,92mg
Ebéd	Reszelt tészta leves ^{1,3,9} , Brokkoli főzelék ^{1,7} , Fűszeres aprópecsenye ¹² , Banán E: 655,75kcal Tel.zsír.: 3,73g CH: 86,42g Só: 2,76g Zsír: 36,44g Feh.: 26,76g Cuk: g Ca: 341,66mg	Tojásleves ^{1,3,9} , Pikáns sült csirkecomb szezámmaggal ^{7,11} , Petrezselymes rizs, Őszibarack befőtt E: 634,29kcal Tel.zsír.: 3,95g CH: 72,37g Só: 2,59g Zsír: 32,33g Feh.: 26,95g Cuk: 11,20g Ca: 91,90mg	Húsgaluska leves ^{1,3,9} , Burgonyafőzelék ^{1,7,12} , Köményes sertéssült ¹² , Alma E: 734,67kcal Tel.zsír.: 5,24g CH: 53,26g Só: 3,37g Zsír: 43,72g Feh.: 26,40g Cuk: g Ca: 110,23mg	Fokhagymás rántott leves ^{1,12} , Pirított zsemle/kenyér kocka ^{1,3} , Káposztás tészta (káposztás kocka) ¹ E: 622,23kcal Tel.zsír.: 4,87g CH: 88,43g Só: 1,26g Zsír: 23,12g Feh.: 12,34g Cuk: 4,00g Ca: 64,48mg
Uzsonna	Teljeskiörlesű búzakenyér ¹ , Vajkrém ⁷ , Kígyóborka E: 193,61kcal Tel.zsír.: 4,10g CH: 27,38g Só: 1,13g Zsír: 6,49g Feh.: 5,95g Cuk: g Ca: 9,75mg	Teljeskiörlesű rozskenyér ¹ , sajtkrém, natur ⁷ , paradicsom E: 183,52kcal Tel.zsír.: 2,51g CH: 28,10g Só: 1,21g Zsír: 4,28g Feh.: 5,34g Cuk: g Ca: 5,60mg	Sajtos kifli ^{1,7} , Házi húskrém kkl ¹² , TV paprika E: 253,61kcal Tel.zsír.: 3,75g CH: 23,88g Só: 0,86g Zsír: 14,87g Feh.: 8,85g Cuk: g Ca: 12,65mg	Tönkölybúza párna (teljeskiörlesű) ^{1,7} , Kockasajt ⁷ , Újhagyma E: 263,17kcal Tel.zsír.: 3,50g CH: 42,21g Só: 1,03g Zsír: 6,00g Feh.: 9,05g Cuk: g Ca: 193,47mg
Energia:	1 161,54kcal	1 239,52kcal	1 210,83kcal	1 270,18kcal
Zsír:	49,43g	57,26g	62,94g	46,58g
Telített zsírsav:	10,39g	18,61g	10,99g	17,56g
Fehérje:	44,08g	43,30g	39,23g	38,27g
Szénhidrát:	164,18g	147,62g	118,35g	169,69g
Hozzáadott cukor:	6,99g	11,20g	6,99g	4,00g
Só:	5,25g	4,39g	5,11g	4,32g
Ca:	354,25mg	497,50mg	122,93mg	682,87mg

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. április 29 - 2024. május 3

Étkezés	2024.04.29 Hétfő	2024.04.30 Kedd	2024.05.02 Csütörtök	2024.05.03 Péntek
Tízórai	Erdeigyümölcs tea ¹² , Burgonyás zsemle ¹ , Kenőmájas ⁶ , Kaliforniai paprika E: 339,59kcal Tel.zsír.: 3,36g CH: 51,35g Só: 1,56g Zsír: 8,43g Feh.: 12,95g Cuk: 6,99g Ca: 3,54mg	Vaníliás tej ⁷ , Fahéjas csiga E: 422,86kcal Tel.zsír.: 12,15g CH: 47,45g Só: 0,59g Zsír: 20,65g Feh.: 11,01g Cuk: g Ca: 400,00mg	Meggy-Berkenye gyümölcs tea ¹² , Félbarna kenyér ¹ , Margarin, Méz E: 222,55kcal Tel.zsír.: 2,00g CH: 41,21g Só: 0,87g Zsír: 4,35g Feh.: 3,97g Cuk: 6,99g Ca: 0,04mg	tej 2.8 % zsírtartalommal ⁷ , Teljeskiörlésű búzakenyér ¹ , Margarin, Zala felvágott ⁶ , Hónapos retek E: 386,23kcal Tel.zsír.: 9,18g CH: 39,28g Só: 2,04g Zsír: 17,47g Feh.: 16,99g Cuk: g Ca: 429,62mg
Ebéd	Reszelt tészta leves ^{1,3,9} , Brokkoli főzelék ^{1,7} , Fűszeres aprópecsenye ¹² , Banán E: 757,89kcal Tel.zsír.: 4,21g CH: 104,96g Só: 3,42g Zsír: 41,55g Feh.: 30,26g Cuk: g Ca: 385,52mg	Tojásleves ^{1,3,9} , Pikáns sült csirkecomb szezámmaggal ^{7,11} , Petrezselymes rizs, Őszibarack befőtt E: 731,30kcal Tel.zsír.: 4,57g CH: 82,34g Só: 3,05g Zsír: 37,82g Feh.: 30,88g Cuk: 11,20g Ca: 106,24mg	Húsgaluska leves ^{1,3,9} , Burgonyafőzelék ^{1,7,12} , Köményes sertéssült ¹² , Alma E: 845,95kcal Tel.zsír.: 5,71g CH: 63,27g Só: 4,13g Zsír: 49,85g Feh.: 29,62g Cuk: g Ca: 121,97mg	Fokhagymás rántott leves ^{1,12} , Pirított zsemle/kenyér kocka ^{1,3} , Káposztás tészta (káposztás kocka) ¹ E: 752,38kcal Tel.zsír.: 6,08g CH: 107,74g Só: 1,80g Zsír: 27,35g Feh.: 15,44g Cuk: 4,50g Ca: 68,98mg
Uzsonna	Teljeskiörlésű búzakenyér ¹ , Vajkrém ⁷ , Kígyóborka E: 216,13kcal Tel.zsír.: 5,40g CH: 27,95g Só: 1,23g Zsír: 8,50g Feh.: 6,55g Cuk: g Ca: 12,50mg	Teljeskiörlésű rozskenyér ¹ , sajtkrém, natur ⁷ , paradicsom E: 199,91kcal Tel.zsír.: 3,29g CH: 29,00g Só: 1,36g Zsír: 5,50g Feh.: 5,82g Cuk: g Ca: 7,00mg	Sajtos kifli ^{1,7} , Házi húskrém kkl ¹² , TV paprika E: 276,25kcal Tel.zsír.: 4,18g CH: 24,33g Só: 0,97g Zsír: 17,10g Feh.: 9,65g Cuk: g Ca: 15,43mg	Tönkölybúza párna (teljeskiörlésű) ^{1,7} , Kockasajt ⁷ , Újhagyma E: 300,59kcal Tel.zsír.: 5,04g CH: 45,15g Só: 1,15g Zsír: 8,41g Feh.: 10,45g Cuk: g Ca: 292,70mg
Energia:	1 313,62kcal	1 354,07kcal	1 344,76kcal	1 439,21kcal
Zsír:	58,48g	63,97g	71,30g	53,23g
Telített zsírsav:	12,97g	20,01g	11,89g	20,30g
Fehérje:	49,77g	47,71g	43,24g	42,89g
Szénhidrát:	184,26g	158,79g	128,81g	192,17g
Hozzáadott cukor:	6,99g	11,20g	6,99g	4,50g
Só:	6,21g	5,00g	5,97g	5,00g
Ca:	401,56mg	513,24mg	137,44mg	791,30mg

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. április 29 - 2024. május 3

2024.04.29 Hétfő	2024.04.30 Kedd	2024.05.02 Csütörtök	2024.05.03 Péntek
<p>Reszelt tészta leves^{1,3,9}, Brokkoli főzelék^{1,7}, Fűszeres aprópecsenye¹²</p> <p>E: 715,52kcal Tel.zsír: 4,68g CH: 41,64g Só: 4,10g</p> <p>Zsír: 46,42g Feh.: 30,70g Cuk: g Ca: 398,07mg</p>	<p>Tojásleves^{1,3,9}, Pikáns sült csirkecomb szezámmaggal^{7,11}, Petrezselymes rizs</p> <p>E: 774,73kcal Tel.zsír: 5,10g CH: 75,31g Só: 3,89g</p> <p>Zsír: 45,11g Feh.: 36,98g Cuk: g Ca: 119,75mg</p>	<p>Húsgaluska leves^{1,3,9}, Burgonyafőzelék^{1,7,12}, Köményes sertéssült¹²</p> <p>E: 890,52kcal Tel.zsír: 6,20g CH: 59,36g Só: 4,49g</p> <p>Zsír: 55,26g Feh.: 32,22g Cuk: g Ca: 116,36mg</p>	<p>Fokhagymás rántott leves^{1,12}, Pirított zsemle/kenyér kocka^{1,3}, Káposztás tészta (káposztás kocka)¹</p> <p>E: 892,01kcal Tel.zsír: 6,94g CH: 123,71g Só: 2,13g</p> <p>Zsír: 34,60g Feh.: 17,49g Cuk: 5,00g Ca: 84,82mg</p>
<p>Energia: 715,52kcal Zsír: 46,42g Telített zsírsav: 4,68g Fehérje: 30,70g Szénhidrát: 41,64g Hozzáadott cukor: g Só: 4,10g Ca: 398,07mg</p>	<p>Energia: 774,73kcal Zsír: 45,11g Telített zsírsav: 5,10g Fehérje: 36,98g Szénhidrát: 75,31g Hozzáadott cukor: g Só: 3,89g Ca: 119,75mg</p>	<p>Energia: 890,52kcal Zsír: 55,26g Telített zsírsav: 6,20g Fehérje: 32,22g Szénhidrát: 59,36g Hozzáadott cukor: g Só: 4,49g Ca: 116,36mg</p>	<p>Energia: 892,01kcal Zsír: 34,60g Telített zsírsav: 6,94g Fehérje: 17,49g Szénhidrát: 123,71g Hozzáadott cukor: 5,00g Só: 2,13g Ca: 84,82mg</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. április 29 - 2024. május 3

2024.04.29 Hétfő	2024.04.30 Kedd	2024.05.02 Csütörtök	2024.05.03 Péntek
<p>Reszelt tészta leves^{1,3,9}, Brokkoli főzelék^{1,7}, Fűszeres aprópecsenye¹²</p> <p>E: 713,03kcal Tel.zsír: 4,68g CH: 41,12g Só: 4,10g</p> <p>Zsír: 46,42g Feh.: 30,63g Cuk: g Ca: 396,12mg</p>	<p>Tojásleves^{1,3,9}, Pikáns sült csirkecomb szezámmaggal^{7,11}, Petrezselymes rizs</p> <p>E: 774,73kcal Tel.zsír: 5,10g CH: 75,31g Só: 3,89g</p> <p>Zsír: 45,11g Feh.: 36,98g Cuk: g Ca: 119,75mg</p>	<p>Húsgaluska leves^{1,3,9}, Burgonyafőzelék^{1,7,12}, Köményes sertéssült¹²</p> <p>E: 890,52kcal Tel.zsír: 6,20g CH: 59,36g Só: 4,49g</p> <p>Zsír: 55,26g Feh.: 32,22g Cuk: g Ca: 116,36mg</p>	<p>Fokhagymás rántott leves^{1,12}, Pirított zsemle/kenyér kocka^{1,3}, Káposztás tészta (káposztás kocka)¹</p> <p>E: 892,01kcal Tel.zsír: 6,94g CH: 123,71g Só: 2,13g</p> <p>Zsír: 34,60g Feh.: 17,49g Cuk: 5,00g Ca: 84,82mg</p>
<p>Energia: 713,03kcal Zsír: 46,42g Telített zsírsav: 4,68g Fehérje: 30,63g Szénhidrát: 41,12g Hozzáadott cukor: g Só: 4,10g Ca: 396,12mg</p>	<p>Energia: 774,73kcal Zsír: 45,11g Telített zsírsav: 5,10g Fehérje: 36,98g Szénhidrát: 75,31g Hozzáadott cukor: g Só: 3,89g Ca: 119,75mg</p>	<p>Energia: 890,52kcal Zsír: 55,26g Telített zsírsav: 6,20g Fehérje: 32,22g Szénhidrát: 59,36g Hozzáadott cukor: g Só: 4,49g Ca: 116,36mg</p>	<p>Energia: 892,01kcal Zsír: 34,60g Telített zsírsav: 6,94g Fehérje: 17,49g Szénhidrát: 123,71g Hozzáadott cukor: 5,00g Só: 2,13g Ca: 84,82mg</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