



Heti étlap 2026.06.29. - 2026.07.03.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00500) Felnőtt menü					
		Kertészleves[1,3], Rakott karfiol[7,(1)], Nektarin	Zöldbabfőzelék[1,7], Sertés pörkölt[1], Mákos kevert sütemény[1,3,7]	Májgaluska leves[1,3,9], Káposztás kocka[1,3]	Csontleves tésztabetéttel [1,3,9], Főtt sertéshús, Piritott dara[1], Vegyes gyümölcs mártás[1,7]	Paradicsom leves[1,3], Rántott halrudacska sütőben, Zöldséges rizs, Cékla saláta
		Energia: 632.96 Kcal / 2,645.77 KJ	Energia: 701.35 Kcal / 2,931.64 KJ	Energia: 901.21 Kcal / 3,767.06 KJ	Energia: 773.00 Kcal / 3,231.14 KJ	Energia: 1,205.22 Kcal / 5,037.82 KJ
		Fehérje 22.29 g Zsír 36.40 g T.Zsír 11.03 g Szénhidrát 52.83 g Cukor 0.04 g Só 2.37 g	Fehérje 28.40 g Zsír 37.18 g T.Zsír 14.83 g Szénhidrát 61.17 g Cukor 24.98 g Só 2.58 g	Fehérje 28.35 g Zsír 26.66 g T.Zsír 3.59 g Szénhidrát 135.28 g Cukor 29.98 g Só 3.19 g	Fehérje 38.20 g Zsír 21.14 g T.Zsír 6.22 g Szénhidrát 116.43 g Cukor 24.12 g Só 3.35 g	Fehérje 38.49 g Zsír 49.70 g T.Zsír 5.35 g Szénhidrát 183.42 g Cukor 26.44 g Só 5.67 g
		1,3,7	1,3,7	1,3,9	1,3,7,9	1,3

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!