Külsõs

# Étlap

## 2026. október 19 - 2026. október 23

| Étkezés | 2026.10.19<br>Hétfõ | 2026.10.20<br>Kedd | 2026.10.21<br>Szerda | 2026.10.22<br>Csütörtök |
|---|---|---|---|---|
| **Ebéd** | Grízgaluska leves [1], Lencsefõzelék [1,7,10], Sült bécsi virsli | Paradicsomleves [1,3,9], Halfasírt afrikai harcsából [1,4], Petrezselymes burgonya | Zöldbableves magyaros [1,7,9], Bolognai spagetti [1,7] | Brokkolikrémleves [1,3,7], Levesgyöngy betét [1,3,7], Bácskai rizseshús, Csemege uborka |
| Energia: | 923,91kcal | 575,82kcal | 723,81kcal | 744,83kcal |
| Zsír: | 50,05g | 24,44g | 28,91g | 32,50g |
| Fehérje: | 39,47g | 26,25g | 33,81g | 29,40g |
| Szénhidrát: | 76,88g | 61,67g | 79,90g | 81,61g |
| Só: | 6,50g | 4,98g | 3,99g | 6,71g |
| Ca (tej): | 30,00mg | mg | 150,00mg | 10,50mg |

**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. Puhatestûek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!