

Mészöly Tabajd - Felső

Étlap

2025. április 28 - 2025. május 2

Étkezés	2025.04.28 Hétfő	2025.04.29 Kedd	2025.04.30 Szerda	2025.05.02 Péntek
Tízórai	tej ₇ , gabonapehely ₁ E: 370kcal Tel.zsír.: 5g CH: 59g Só: 1,1g Zsír: 10g Feh.: 11g H.Cuk: g Ca: 445mg	Kakaó ₇ , tk kenyér ₁ , magyaros vajkrém ₇ , zöldség E: 359kcal Tel.zsír.: 0g CH: 51g Só: 0,8g Zsír: 13g Feh.: 7g H.Cuk: 23g Ca: 45mg	Párizsi ₆ , Margarin, zöldség, tk kenyér ₁ E: 232kcal Tel.zsír.: 3g CH: 17g Só: 1,1g Zsír: 14g Feh.: 7g H.Cuk: g Ca: 8mg	
Ebéd	Tejfölös karfiolleves _{1,7} , Zöldbabfőzelék _{1,7} , tk kenyér ₁ , bécsi virsli E: 716kcal Tel.zsír.: 14g CH: 50g Só: 5,0g Zsír: 44g Feh.: 28g H.Cuk: g Ca: 161mg	BrokkolikréMLEVES árpagyönggyel _{1,3,7} , Csirkepaprikás ₇ , Tészta köret _{1,3} E: 735kcal Tel.zsír.: 5g CH: 81g Só: 2,9g Zsír: 30g Feh.: 33g H.Cuk: g Ca: 144mg	Sertésraguleves tárkonyos _{1,7,9} , Porcukor szórat, túrótöltelékes gombóc, tk kenyér ₁ E: 823kcal Tel.zsír.: 2g CH: 45g Só: 3,3g Zsír: 101g Feh.: 37g H.Cuk: 8g Ca: 69mg	
Uzsonna	Margarin, Csirkemellsonka ₆ , zöldség, tk kenyér ₁ E: 240kcal Tel.zsír.: 3g CH: 24g Só: 1,4g Zsír: 9g Feh.: 13g H.Cuk: g Ca: 8mg	Kifli _{1,3} , Tonhalkrém _{4,10} , zöldség E: 266kcal Tel.zsír.: 1g CH: 46g Só: 1,3g Zsír: 4g Feh.: 9g H.Cuk: g Ca: 25mg	Zsemle _{1,3,7} , Margarin, trappista sajt ₇ , zöldség E: 465kcal Tel.zsír.: 8g CH: 58g Só: 2,2g Zsír: 17g Feh.: 18g H.Cuk: g Ca: 202mg	
Energia:	1 326,15kcal	1 360,31kcal	1 520,05kcal	kcal
Zsír:	62,39g	47,32g	132,62g	g
Telített zsírsav:	21,58g	6,32g	12,87g	g
Fehérje:	52,25g	48,61g	61,68g	g
Szénhidrát:	132,39g	177,91g	119,48g	g
Hozzáadott cukor:	g	22,88g	8,00g	g
Só:	7,39g	5,00g	6,54g	g
Ca:	614,58mg	213,73mg	279,56mg	mg

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

A változás jogát fenntartjuk!