Szemi Szünidei étkezés

Étlap

2025. augusztus 4 - 2025. augusztus 9

2025.08.04 Hétfõ	2025.08.05 Kedd	2025.08.06 Szerda	2025.08.07 Csütörtök	2025.08.08 Péntek	2025.08.09 Szombat
Húsgombóc leves csirkébõl[1,3,7,9], Tökfõzelék[1,7], Sertéspörkölt feltét E: 636,04kcal Zsír: 32,36g Tel.zsír.: 5,17g Feh.: 38,07g CH: 45,39g Cuk: 26,84g Só: 3,83g Ca: 340,39mg	Zöldség krémleves[1,7,9], Párolt csirkemell fokhagymával, hagymával, Párolt rizs, leves gyöngy[1,3,7] E: 1 064,34kcal Zsír: 54,49g Tel.zsír.: 7,88g Feh.: 36,44g CH: 105,30g Cuk: 6,30g Só: 4,37g Ca: 100,91mg	Gyöngybableves betéttel, füstölt kolbásszal[1,6,9,10], Grízes (darás) tészta - vegyes gyümölcslekvárral[1] E: 497,11kcal Zsír: 15,86g Tel.zsír.: 3,69g Feh.: 15,11g CH: 74,55g Cuk: 2,96g Só: 2,57g Ca: 46,12mg	Májgombóc (májgaluska) leves[1,3], Pásztortarhonya virslivel[1] E: 415,57kcal Zsír: 10,36g Tel.zsír.: 2,33g Feh.: 14,71g CH: 65,09g Cuk: 4,30g Só: 2,35g Ca: 51,26mg	Hideg erdei gyümölcskrémleves[7], Sült csirkecomb, Burgonyapüré porból[7] E: 347,94kcal Zsír: 22,53g Tel.zsír.: 3,14g Feh.: 21,19g CH: 29,07g Cuk: 5,18g Só: 2,15g Ca: 137,78mg	
Energia: 636,04kcal Zsír: 32,36g Telített zsírsav: 5,17g Fehérje: 38,07g Szénhidrát: 45,39g Cukrok: 26,84g Só: 3,83g Ca: 340,39mg	Energia: 1 064,34kcal Zsír: 54,49g Telített zsírsav: 7,88g Fehérje: 36,44g Szénhidrát: 105,30g Cukrok: 6,30g Só: 4,37g Ca: 100,91mg	Energia: 497,11kcal Zsír: 15,86g Telített zsírsav: 3,69g Fehérje: 15,11g Szénhidrát: 74,55g Cukrok: 2,96g Só: 2,57g Ca: 46,12mg	Energia: 415,57kcal Zsír: 10,36g Telített zsírsav: 2,33g Fehérje: 14,71g Szénhidrát: 65,09g Cukrok: 4,30g Só: 2,35g Ca: 51,26mg	Energia: 347,94kcal Zsír: 22,53g Telített zsírsav: 3,14g Fehérje: 21,19g Szénhidrát: 29,07g Cukrok: 5,18g Só: 2,15g Ca: 137,78mg	Energia: kcal Zsír: g Telített zsírsav: g Fehérje: g Szénhidrát: g Cukrok: g Só: g Ca: 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. Szezámmag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestûek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!