Felnőtt dobozos

2026-11-09 - 2026-11-15

	2026-11-09		2026-11-10		2026-11-11		2026-11-12		2026-11-13	
Ebéd	Mazsolás gesztenyekrémleves[7], Pulykás-zöldséges paella (spanyol rizseshús), Káposzta saláta kész		Karfiolleves (tejfölös), tészta nélkül[1,7], Magvas rántott karaj (napraf., lenm., tökm.)[1,3], Tört burgonya, Ecetes cékla kész		Libaerőleves pulykahússal[1,3,9], Tojásfasírt[1,3,7], Sárgaborsó főzelék[1]		Karalábéleves (magyaros)[1,3], Húsgombóc paradicsommártással[1,9], Petrezselymes burgonya tisztított, Körte		Olasz zöldségleves (Minestrone leves) tészta nélkül[9], Harcsapaprikás[1,4,7], Galuska [1,3]	
	E: 960 kcal	E: 4018 KJ	E: 850 kcal	E: 3558 KJ	E: 965 kcal	E: 4038 KJ	E: 745 kcal	E: 3117 KJ	E: 1017 kcal	E: 4256 KJ
	Zsír: 31 g	Tel.zsír.: 9 g	Zsír: 34 g	Tel.zsír.: 5 g	Zsír: 38 g	Tel.zsír.: 12 g	Zsír: 20 g	Tel.zsír.: 2 g	Zsír: 29 g	Tel.zsír.: 6 g
	Feh.: 43 g	CH: 125 g	Feh.: 38 g	CH: 91 g	Feh.: 62 g	CH: 91 g	Feh.: 13 g	CH: 121 g	Feh.: 53 g	CH: 133 g
	Cuk: 37 g	Só: 2.58 g	Cuk: 11 g	Só: 2.55 g	Cuk: 8 g	Só: 2.15 g	Cuk: 49 g	Só: 0.73 g	Cuk: 10 g	Só: 3.86 g
	Ca: 501 mg	Ca (tej): 392 mg	Ca: 149 mg	Ca (tej): 31 mg	Ca: 324 mg	Ca (tej): 184 mg	Ca: 116 mg	Ca (tej): 0 mg	Ca: 195 mg	Ca (tej): 29 mg
	Vas: 4 mg	Cuk.: 61 g	Vas: 3 mg	Cuk.: 19 g	Vas: 8 mg	Cuk.: 8 g	Vas: 2 mg	Cuk.: 69 g	Vas: 7 mg	Cuk.: 11 g

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 - Puhatestűek, 14 - Csillagfürt

MealPlanner / Tex and Co Net Kft. www.texandco.hu