

Étkezés	2026.10.05 Hétfő	2026.10.06 Kedd	2026.10.07 Szerda	2026.10.08 Csütörtök	2026.10.09 Péntek
Ebéd	Paradicsomleves ^{1,9} , Bácskai rizseshús, Céklasaláta E: 831,63kcal Tel.zsír.: 2,10g CH: 106,96g Só: 1,25g Zsír: 28,57g Feh.: 33,78g H.Cuk: 16,38g Ca: 85,90mg	Zöldségleves eperlevéllel ^{1,9} , Paprikás burgonya (serpenyős burgonya) virslivel ⁶ , Csemege uborka E: 764,03kcal Tel.zsír.: 6,49g CH: 75,87g Só: 3,11g Zsír: 37,41g Feh.: 29,49g H.Cuk: g Ca: 119,95mg	Vegyes gyümölcsleves ^{1,7} , Bolognai spagetti ^{1,7,9} E: 791,41kcal Tel.zsír.: 6,23g CH: 97,87g Só: 1,34g Zsír: 25,51g Feh.: 39,54g H.Cuk: 9,99g Ca: 216,66mg	Tojásleves ^{1,3} , Zöldborsó főzelék ^{1,7} , Sertéspörkölt E: 799,65kcal Tel.zsír.: 3,61g CH: 54,78g Só: 0,42g Zsír: 40,09g Feh.: 52,80g H.Cuk: g Ca: 186,68mg	Székelygulyás ^{1,7} , Szilvás gombóc töltelékes ^{1,3} E: 890,11kcal Tel.zsír.: 3,74g CH: 122,79g Só: 2,49g Zsír: 27,64g Feh.: 34,22g H.Cuk: 14,00g Ca: 125,06mg
Energia:	831,63kcal	764,03kcal	791,41kcal	799,65kcal	890,11kcal
Zsír:	28,57g	37,41g	25,51g	40,09g	27,64g
Telített zsírsav:	2,10g	6,49g	6,23g	3,61g	3,74g
Fehérje:	33,78g	29,49g	39,54g	52,80g	34,22g
Szénhidrát:	106,96g	75,87g	97,87g	54,78g	122,79g
Hozzáadott cukor:	16,38g	g	9,99g	g	14,00g
Só:	1,25g	3,11g	1,34g	0,42g	2,49g
Ca:	85,90mg	119,95mg	216,66mg	186,68mg	125,06mg

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