

Munkahelyi étkezés 15-18 korcs.

2026. augusztus 3 - 2026. augusztus 8

Étkezés	2026.08.03 Hétfő	2026.08.04 Kedd	2026.08.05 Szerda	2026.08.06 Csütörtök	2026.08.07 Péntek	2026.08.08 Szombat
Ebéd	Paradicsomleves ^{1,3,9} E: 315kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 5g, CH: 69g, Cuk: 44g, Só: 2,6g	Pulykanyaka leves ^{1,3,9} E: 178kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 1g, Feh.: 16g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 10,6g	Fahéjas szilvaleves ^{1,7} E: 241kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 59g, Cuk: 26g, Só: 5,0g	Parasztgaluska leves ^{1,3} E: 149kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 1g, Feh.: 4g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 7,0g	Lencseleves ^{1,6,8,10,11} E: 480kcal, Zsír: 26g, T.zsír: 8g, Feh.: 30g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 7,4g	Karfiol leves ^{1,7} E: 189kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 10,0g
	Tarhonyáshús ^{1,3} E: 684kcal, Zsír: 34g, T.zsír: 10g, Feh.: 34g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 6,6g	Székelykáposzta ^{6,7,9,10} E: 625kcal, Zsír: 45g, T.zsír: 20g, Feh.: 21g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 6,3g	Sült tarja E: 513kcal, Zsír: 47g, T.zsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 4,1g	Fasírt (házi) tepsin sült ^{1,3} E: 397kcal, Zsír: 29g, T.zsír: 16g, Feh.: 14g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Krumplis tészta ¹ E: 626kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 16g, CH: 104g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Borsos tokány ¹ E: 258kcal, Zsír: 13g, T.zsír: 2g, Feh.: 22g, CH: 11g, Cuk: 0g, Só: 1,4g
	Csemege uborka E: 3kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 1g, Cuk: 0g, Só: 0,2g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Burgonyapüré ⁷ E: 368kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 3,3g	Zöldbabfőzelék ^{1,7} E: 632kcal, Zsír: 28g, T.zsír: 8g, Feh.: 12g, CH: 79g, Cuk: 26g, Só: 6,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Orsó tészta ¹ E: 350kcal, Zsír: 6g, T.zsír: 1g, Feh.: 11g, CH: 62g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
	Nektarin E: 77kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 16g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Vegyes vágott E: 45kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 3,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Szőlő E: 121kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 27g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g
			Sárgadinnye E: 80kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Túrórudi ^{5,6,7,8} E: 106kcal, Zsír: 5g, T.zsír: 5g, Feh.: 3g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		

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. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt



Handwritten signature: K. S. G.