

Munkahelyi étkezés 15-18 korcs.

2026. november 2 - 2026. november 6

Étkezés	2026.11.02 Hétfő	2026.11.03 Kedd	2026.11.04 Szerda	2026.11.05 Csütörtök	2026.11.06 Péntek
Ebéd	Lebbencsleves ¹ E: 263kcal, Zsír: 13g, Tzsír: 4g, Feh.: 6g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 6,3g	Csontleves eperlevéllel ^{1,3,9} E: 226kcal, Zsír: 11g, Tzsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 13g, Cuk: 0g, Só: 6,3g	Tojásleves ^{1,3} E: 227kcal, Zsír: 15g, Tzsír: 2g, Feh.: 4g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 3,1g	Karfiol leves ^{1,7} E: 189kcal, Zsír: 11g, Tzsír: 5g, Feh.: 5g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 7,5g	Kelkáposzta leves virslivel ^{1,7} E: 424kcal, Zsír: 26g, Tzsír: 2g, Feh.: 14g, CH: 29g, Cuk: 0g, Só: 5,7g
	Sertéspörkölt E: 423kcal, Zsír: 35g, Tzsír: 18g, Feh.: 15g, CH: 2g, Cuk: 0g, Só: 2,2g	Sváb pecsenye ¹ E: 390kcal, Zsír: 31g, Tzsír: 10g, Feh.: 20g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 1,9g	Rántott csirkeszárny ^{1,3} E: 1 016kcal, Zsír: 102g, Tzsír: 22g, Feh.: 51g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 6,0g	Szarvacska tészta ^{1,3} E: 379kcal, Zsír: 10g, Tzsír: 1g, Feh.: 10g, CH: 58g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Mákos tészta ¹ E: 589kcal, Zsír: 19g, Tzsír: 4g, Feh.: 16g, CH: 85g, Cuk: 20g, Só: 0,0g
	Lencsefőzelék ^{1,6,8,10,11} E: 384kcal, Zsír: 9g, Tzsír: 1g, Feh.: 20g, CH: 51g, Cuk: 0g, Só: 7,5g	Petrezselymes párolt rizs E: 461kcal, Zsír: 10g, Tzsír: 1g, Feh.: 8g, CH: 79g, Cuk: 0g, Só: 2,3g	Burgonyapüré ⁷ E: 368kcal, Zsír: 16g, Tzsír: 1g, Feh.: 7g, CH: 49g, Cuk: 0g, Só: 4,6g	Csikóstokány ^{1,7} E: 388kcal, Zsír: 32g, Tzsír: 12g, Feh.: 23g, CH: 6g, Cuk: 0g, Só: 2,8g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, Tzsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g
	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, Tzsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g		Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, Tzsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Forma kenyér ¹ E: 166kcal, Zsír: 1g, Tzsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 35g, Cuk: 0g, Só: 1,0g	Mandarin E: 38kcal, Zsír: 0g, Tzsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 8g, Cuk: 0g, Só: 0,0g
	Körte E: 78kcal, Zsír: 0g, Tzsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g		Szilva befőtt E: 80kcal, Zsír: 0g, Tzsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 19g, Cuk: 0g, Só: 0,0g	Cékla savanyúság ¹⁰ E: 16kcal, Zsír: 0g, Tzsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 4g, Cuk: 0g, Só: 0,8g	
				Alma E: 35kcal, Zsír: 0g, Tzsír: 0g, Feh.: 0g, CH: 7g, 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. Csillagfűrt

