

2026. 09. 21.			2026. 09. 22.			2026. 09. 23.			2026. 09. 24.			2026. 09. 25.			
Ebéd	Pulykaraguleves Sült csirkecombfilé Burgonyafőzelék			Zöldborsóleves Hortobágyi húsgolyók, spagetti			Sütőtökrémleves Rakott bolognai			Sertésgulyás Almás-kekszes rakott süti			Őszibarackkrémleves Szezámos rántott sertéskaraj Mexikói basmati rizs		
	energia: 493 Kcal	fehérje: 48 g	zsír / telített zs.: 18 g / 3,3 g	energia: 457 Kcal	fehérje: 28 g	zsír / telített zs.: 21 g / 5,2 g	energia: 437 Kcal	fehérje: 20 g	zsír / telített zs.: 16 g / 5,3 g	energia: 430 Kcal	fehérje: 15 g	zsír / telített zs.: 19 g / 6,8 g	energia: 464 Kcal	fehérje: 25 g	zsír / telített zs.: 16 g / 4,7 g
	szénhidrát: 34 g	cukor: 3 g	só: 2,5 g	szénhidrát: 39 g	cukor: 4 g	só: 2,4 g	szénhidrát: 52 g	cukor: 8 g	só: 2 g	szénhidrát: 48 g	cukor: 7 g	só: 1,1 g	szénhidrát: 55 g	cukor: 8 g	só: 1,5 g
	Allergén: zeller Feltételezhető:			Allergén: Feltételezhető:			Allergén: Feltételezhető:			Allergén: zeller; szója Feltételezhető:			Allergén: tojás; szezám; Feltételezhető:		