

70 évtől

Hétfő

2018.01.08.

Kedd

2018.01.09.

Szerda

2018.01.10.

Csütörtök

2018.01.11.

Péntek

2018.01.12.

Ebéd

- Burgonyaleves
-Vagdalt pogácsa sertéshúsból
-Finomfőzelék
-Tönkölyös kenyér
-Alma

E:1 097,4, ZS:47,1, T:0,1, F:41,3,
CH:112,5, C:1,7
Allergén: G, L, T

-Palócleves
-Túrós metélt
-Banán

E:1 245,5, ZS:49,3, T:0,0, F:41,6,
CH:151,1, C:4,5
Allergén: G, L, T

-Spárga leves
-Cigánypecsenye
-Főtt-sült burgonya
-Uborkasaláta

E:1 021,1, ZS:37,9, T:0,0, F:44,3,
CH:118,7, C:1,2
Allergén: G, L, T

-Csontleves
-Rántott csirkemell
-Párolt mexikói
zöldségkeverék
-Alma

E:696,2, ZS:25,3, T:0,0, F:43,8,
CH:63,2, C:2,1
Allergén: G, L, M, O, T, Z

-Zeller krémleves
-Hentestokány sertéshúsból
-Bulgur
-Alma

E:1 089,0, ZS:49,8, T:1,1, F:38,6,
CH:114,8, C:3,6
Allergén: G, L, T, Z

Összesen

E:1 097,4, ZS:47,1, T:0,1, F:41,3,
CH:112,5, C:1,7
Allergén: G, L, T

E:1 245,5, ZS:49,3, T:0,0, F:41,6,
CH:151,1, C:4,5
Allergén: G, L, T

E:1 021,1, ZS:37,9, T:0,0, F:44,3,
CH:118,7, C:1,2
Allergén: G, L, T

E:696,2, ZS:25,3, T:0,0, F:43,8,
CH:63,2, C:2,1
Allergén: G, L, M, O, T, Z

E:1 089,0, ZS:49,8, T:1,1, F:38,6,
CH:114,8, C:3,6
Allergén: G, L, T, Z

**Jó étvágyat!****Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk****Jelmagyarázat:**

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
C: cukor (g)
E: energia (kcal)
T: telített zsírsav (g)
CH: szénhidrát (g)
Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró

Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója

D: diófélék, mandula, piztácia
M: mustár
S: szezámag
K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfűrt
P: puhatestűek

70 évtől

Hétfő

2018.01.15.

Kedd

2018.01.16.

Szerda

2018.01.17.

Csütörtök

2018.01.18.

Péntek

2018.01.19.

Ebéd

-Burgonyagombóc leves
-Székelykáposzta
-Müzli szelet piros gyümölcsös
-Tönkölyös kenyér

E:942,9, ZS:40,2, T:0,8, F:35,0,
CH:103,0, C:9,3
Allergén: D, F, G, L, O, S, T

-Lebbencsleves
-Pirított sertésmáj
-Pirított tarhonya
-Banán
-Kakaós kevert sütemény

E:1 091,0, ZS:27,3, T:0,0, F:43,1,
CH:162,4, C:1,1
Allergén: G, L, T

-Magyaros gombaleves
-Rácos halfilé
-Citromos vajmártás
-Alma

E:956,8, ZS:29,8, T:0,9, F:38,0,
CH:130,5, C:3,3
Allergén: G, H, L, T

-Gyümölcsleves
-Budapest szelet
-Burgonyapüré

E:968,4, ZS:32,4, T:0,1, F:40,3,
CH:110,3, C:9,0
Allergén: G, L

-Lencseleves
-Mákos,Kakaós tekeres
-Banán

E:1 226,5, ZS:31,9, T:0,0, F:39,8,
CH:186,8, C:2,1
Allergén: G, L, M

Összesen

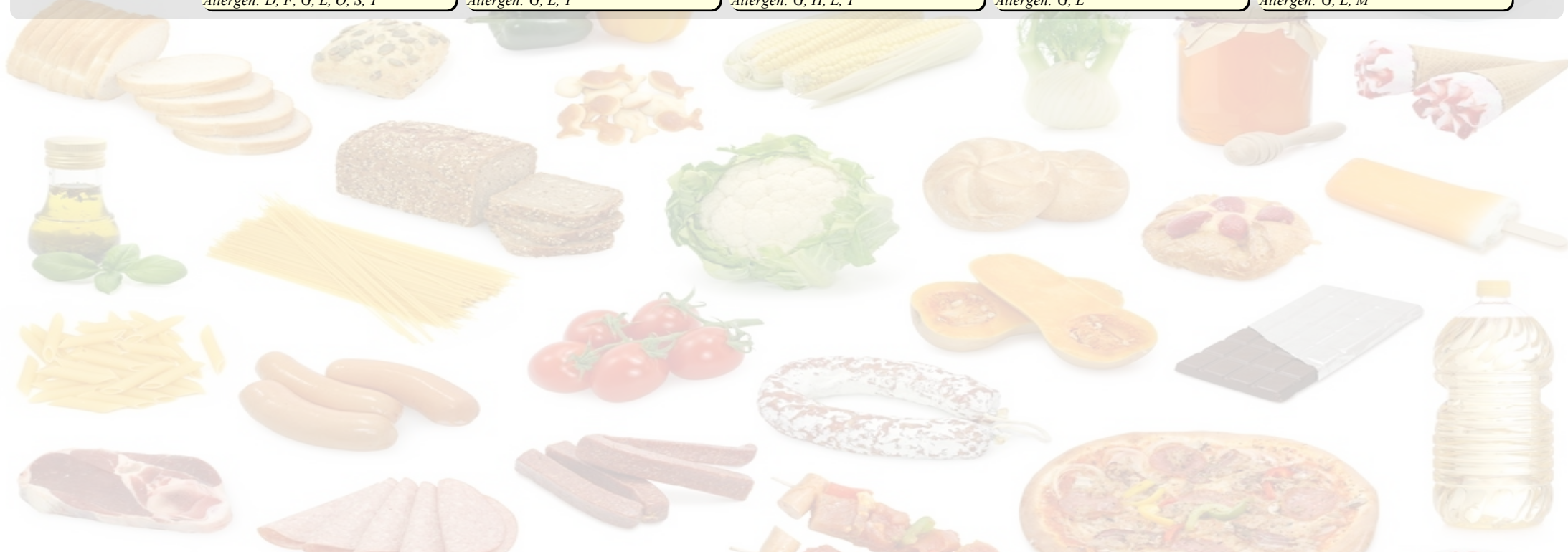
E:942,9, ZS:40,2, T:0,8, F:35,0,
CH:103,0, C:9,3
Allergén: D, F, G, L, O, S, T

E:1 091,0, ZS:27,3, T:0,0, F:43,1,
CH:162,4, C:1,1
Allergén: G, L, T

E:956,8, ZS:29,8, T:0,9, F:38,0,
CH:130,5, C:3,3
Allergén: G, H, L, T

E:968,4, ZS:32,4, T:0,1, F:40,3,
CH:110,3, C:9,0
Allergén: G, L

E:1 226,5, ZS:31,9, T:0,0, F:39,8,
CH:186,8, C:2,1
Allergén: G, L, M

**Jó étvágyat!****Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk****Jelmagyarázat:**

S: só (g) E: energia (kcal)
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró

Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója

D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezámag
K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfűrt
P: puhatestűek