

Felnőtt

(19-69 év)

Hétfő

2018.06.04.

Kedd

2018.06.05.

Szerda

2018.06.06.

Csütörtök

2018.06.07.

Péntek

2018.06.08.

Ebéd

- Burgonyaleves
-Borsos pulykatokány
-Tésztaköret
-Párolt mexikói
zöldségkeverék
-Alma

E:1 181,2, ZS:46,7, T:0,6, F:50,1,
CH:126,9, C:4,0
Allergén: G, L, M, O, T, Z

-Palócleves
-Burgonyás pogácsa,
lekvárral
-Banán
-Tönkölyös kenyér

E:1 285,8, ZS:27,2, T:0,0, F:37,7,
CH:212,5, C:1,8
Allergén: G, L, T

-Kukoricakrémleves
-Sajttal töltött rántott halfilé
-Zöldborsófőzelék
-Alma

E:824,3, ZS:36,0, T:2,5, F:28,8,
CH:86,6, C:3,2
Allergén: G, H, L, T, Z

-Lebbencsleves
-Sertésbecsinált
-Bulgur
-Cseresznye, befőtt
-Körte befőtt

E:1 032,7, ZS:44,7, T:0,4, F:37,5,
CH:119,5, C:2,0
Allergén: G, L, T

-Paradicsomleves
-Sült csirkemell
-Burgonyapüré
-Mexikói vegyes zöldség
-Sajtmártás

E:915,4, ZS:23,1, T:0,2, F:47,7,
CH:114,5, C:9,3
Allergén: G, L, M, O, T, Z

Összesen

E:1 181,2, ZS:46,7, T:0,6, F:50,1,
CH:126,9, C:4,0
Allergén: G, L, M, O, T, Z

E:1 285,8, ZS:27,2, T:0,0, F:37,7,
CH:212,5, C:1,8
Allergén: G, L, T

E:824,3, ZS:36,0, T:2,5, F:28,8,
CH:86,6, C:3,2
Allergén: G, H, L, T, Z

E:1 032,7, ZS:44,7, T:0,4, F:37,5,
CH:119,5, C:2,0
Allergén: G, L, T

E:915,4, ZS:23,1, T:0,2, F:47,7,
CH:114,5, C:9,3
Allergén: G, L, M, O, T, Z

Jó étvágyat!

Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal) G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia C: csillagfűrt
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g) L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g) T: tojás, fehérje H: halak S: szezámag
C: cukor (g) Ca: kalcium (mg) F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2018.06.11.	<i>Kedd</i> 2018.06.12.	<i>Szerda</i> 2018.06.13.	<i>Csütörtök</i> 2018.06.14.	<i>Péntek</i> 2018.06.15.
<i>Ebéd</i>	-Karfiol leves -Tarhonyás hús csirkéből -Céklasaláta -Alma	-Szárzabableves -Lekváros palacsinta -Kakaós palacsinta -Banán -Tönkölyös kenyér	-Magyaros gombaleves -Ananászos pulykamell filé -Szarvacska tészta -Alma	-Hamis gulyás leves -Vagdalt pogácsa sertéshúsból -Zöldbabfőzelék -Banán	-Zöldborsóleves -Eperlevél -Rántott sertésmáj -Petrezselymes burgonya -Földieper mártás
	E:815,9, ZS:20,9, T:0,0, F:43,3, CH:103,2, C:1,1 Allergén: G, T	E:1 439,3, ZS:38,8, T:0,0, F:46,1, CH:216,6, C:1,5 Allergén: G, L, M, O, T, Z	E:915,5, ZS:23,0, T:0,7, F:48,9, CH:115,6, C:4,0 Allergén: G, L, T	E:1 017,3, ZS:45,2, T:0,1, F:35,7, CH:111,2, C:2,4 Allergén: G, L, T, Z	E:1 135,9, ZS:37,9, T:0,0, F:44,8, CH:147,6, C:5,9 Allergén: G, T
<i>Összesen</i>	E:815,9, ZS:20,9, T:0,0, F:43,3, CH:103,2, C:1,1 Allergén: G, T	E:1 439,3, ZS:38,8, T:0,0, F:46,1, CH:216,6, C:1,5 Allergén: G, L, M, O, T, Z	E:915,5, ZS:23,0, T:0,7, F:48,9, CH:115,6, C:4,0 Allergén: G, L, T	E:1 017,3, ZS:45,2, T:0,1, F:35,7, CH:111,2, C:2,4 Allergén: G, L, T, Z	E:1 135,9, ZS:37,9, T:0,0, F:44,8, CH:147,6, C:5,9 Allergén: G, T



Jó étvágyat!

Étlapváltoztatás jogát fenntartjuk

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezámag	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	