

Felnőtt

(19-69 év)

Hétfő

2018.09.24.

Kedd

2018.09.25.

Szerda

2018.09.26.

Csütörtök

2018.09.27.

Péntek

2018.09.28.

Ebéd

-Daragaluska leves
-Töltött káposzta
-Alma
-Tönkölyös kenyér

E:822,5, ZS:41,3, T:0,0, F:31,4,
CH:67,8, C:1,1
Allergén: G, T

-Karlábéleves
-Búbos szelet
-Párolt mexikói
zöldségkeverék

E:811,9, ZS:38,4, T:0,0, F:42,1,
CH:69,7, C:2,0
Allergén: G, L, M, O, T, Z

-Tarhonyaleves
-Bazsalikomos csirkemáj
-Burgonyapüré
-Szőlő

E:927,7, ZS:23,5, T:0,0, F:36,9,
CH:127,0, C:1,5
Allergén: G, M, O, T

-Csirkehúsleves
-Hókfli
-Szőlő

E:1 207,7, ZS:30,7, T:0,0, F:46,0,
CH:181,0, C:7,0
Allergén: G, L, O, T, Z

-Gyümölcsleves
-Rakott burgonya kolbásszal
-Uborkasaláta

E:917,1, ZS:46,7, T:0,1, F:27,9,
CH:87,0, C:10,4
Allergén: G, L, T

Összesen

E:822,5, ZS:41,3, T:0,0, F:31,4,
CH:67,8, C:1,1
Allergén: G, T

E:811,9, ZS:38,4, T:0,0, F:42,1,
CH:69,7, C:2,0
Allergén: G, L, M, O, T, Z

E:927,7, ZS:23,5, T:0,0, F:36,9,
CH:127,0, C:1,5
Allergén: G, M, O, T

E:1 207,7, ZS:30,7, T:0,0, F:46,0,
CH:181,0, C:7,0
Allergén: G, L, O, T, Z

E:917,1, ZS:46,7, T:0,1, F:27,9,
CH:87,0, C:10,4
Allergén: G, L, 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

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2018.10.01.	<i>Kedd</i> 2018.10.02.	<i>Szerda</i> 2018.10.03.	<i>Csütörtök</i> 2018.10.04.	<i>Péntek</i> 2018.10.05.
<i>Ebéd</i>	- Burgonyaleves -Csikóstokány sertéshúsból -Tökfőzelék -Alma -Tönkölyös kenyér	-Lencseleves -Szilvás gombóc -Szőlő	-Brokkolikrémleves -Sült csirkecomb -Főtt-sült burgonya -Szilvamártás	-Zöldségleves -Halpaprikás -Bulgur	-Tojásleves -Párolt marhaszelet -Szarvacska tészta -Vadas mártás
	E:924,2, ZS:45,4, T:0,1, F:31,9, CH:82,9, C:1,6 Allergén: G, L	E:1 184,2, ZS:26,4, T:0,0, F:35,8, CH:191,3, C:2,3 Allergén: G, L, M, O, T	E:984,1, ZS:28,1, T:1,9, F:45,7, CH:130,8, C:4,2 Allergén: G, L, M, O, T, Z	E:735,1, ZS:19,4, T:1,0, F:42,1, CH:111,0, C:1,7 Allergén: G, H, L, T, Z	E:917,2, ZS:37,9, T:0,0, F:42,9, CH:95,8, C:1,7 Allergén: G, L, M, T
<i>Összesen</i>	E:924,2, ZS:45,4, T:0,1, F:31,9, CH:82,9, C:1,6 Allergén: G, L	E:1 184,2, ZS:26,4, T:0,0, F:35,8, CH:191,3, C:2,3 Allergén: G, L, M, O, T	E:984,1, ZS:28,1, T:1,9, F:45,7, CH:130,8, C:4,2 Allergén: G, L, M, O, T, Z	E:735,1, ZS:19,4, T:1,0, F:42,1, CH:111,0, C:1,7 Allergén: G, H, L, T, Z	E:917,2, ZS:37,9, T:0,0, F:42,9, CH:95,8, C:1,7 Allergén: G, L, M, 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	