

70 évtől

Hétfő

2020.03.16.

Kedd

2020.03.17.

Szerda

2020.03.18.

Csütörtök

2020.03.19.

Péntek

2020.03.20.

Ebéd

-Piroslevű tészta leves (G, T)
 -Sajttal töltött pulykamedál (G, L, O)
 -Sárgaborsó főzelék (G)
 -Alma
 -Tönkölyös kenyér (G)

E:1 345,0, ZS:53,6, T:3,1, F:48,9,
 CH:151,4, C:2,8

-Burgonyaleves (G)
 -Bajai húsgombóc (T, G, L)
 -Szarvacska tészta (G, T)

E:1 096,0, ZS:45,1, T:0,7, F:40,9,
 CH:125,7, C:2,1

-Paradicsomleves (G, T)
 -Rántott csirkemáj (G, T)
 -Hagymás burgonya
 -Csicsóka saláta

E:1 177,0, ZS:38,7, T:0,0, F:30,7,
 CH:170,3, C:5,4

-Csontleves (G, T, L, Z)
 -Sült csirkecomb (G, L, T, Z, O, M)
 -Párolt kukorica
 -Hajában sült burgonya

E:725,0, ZS:36,6, T:0,0, F:39,6,
 CH:54,4, C:1,2

-Scsí leves (G, L)
 -Túrós lepény (L, G, T)
 -Fonott kalács (G, T)
 -Alma
 -Tönkölyös kenyér (G)

E:1 325,0, ZS:44,1, T:0,0, F:45,0,
 CH:170,9, C:9,1

Összesen

E:1 345,0, ZS:53,6, T:3,1, F:48,9,
 CH:151,4, C:2,8

E:1 096,0, ZS:45,1, T:0,7, F:40,9,
 CH:125,7, C:2,1

E:1 177,0, ZS:38,7, T:0,0, F:30,7,
 CH:170,3, C:5,4

E:725,0, ZS:36,6, T:0,0, F:39,6,
 CH:54,4, C:1,2

E:1 325,0, ZS:44,1, T:0,0, F:45,0,
 CH:170,9, C:9,1

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

70 évtől

Hétfő

2020.03.23.

Kedd

2020.03.24.

Szerda

2020.03.25.

Csütörtök

2020.03.26.

Péntek

2020.03.27.

Ebéd

-Zöldborsóleves (G, T)
 -Halfilé párizsiasan (H, G, T)
 -Párolt rizs (G, L, T, Z, O, M)
 -Szilva, befőtt
 -Körte befőtt

E:899,0, ZS:36,2, T:1,0, F:39,1,
 CH:111,0, C:7,5

-Sertéshúsleves (G, T, L, Z)
 -Túrós metélt (G, T, L)
 -Alma

E:990,0, ZS:42,9, T:0,0, F:37,9,
 CH:100,5, C:3,5

-Tarhonyaleves (G, T)
 -Csirkepörkölt
 -Tökfőzelék (L, G)
 -Tönkölyös kenyér (G)

E:789,0, ZS:32,8, T:0,0, F:41,7,
 CH:74,7, C:1,6

-Sajtkrémleves (G, L, T)
 -Cigánypecsenye (G)
 -Hasábburgonya
 -Csemege uborka

E:1 147,0, ZS:57,8, T:4,0, F:43,8,
 CH:105,7, C:8,5

-Kertész leves (G, T, Z)
 -Zúzapörkölt
 -Galuska (G, T)
 -Vágott vegyes savanyúság

E:779,0, ZS:24,2, T:0,0, F:38,1,
 CH:98,7, C:1,3

Összesen

E:899,0, ZS:36,2, T:1,0, F:39,1,
 CH:111,0, C:7,5

E:990,0, ZS:42,9, T:0,0, F:37,9,
 CH:100,5, C:3,5

E:789,0, ZS:32,8, T:0,0, F:41,7,
 CH:74,7, C:1,6

E:1 147,0, ZS:57,8, T:4,0, F:43,8,
 CH:105,7, C:8,5

E:779,0, ZS:24,2, T:0,0, F:38,1,
 CH:98,7, C:1,3

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