

Felnőtt

(19-69 év)

Hétfő

2020.08.17.

Kedd

2020.08.18.

Szerda

2020.08.19.

Csütörtök

2020.08.20.

Péntek

2020.08.21.

Ebéd

-Paradicsomleves (G, T)  
-Rakott burgonya kolbásszal (T, L)  
-Kovászos uborka

E:1 082,0, ZS:58,2, T:0,0, F:36,5,  
CH:96,6, C:3,0

-Scsí leves (G, L)  
-Sajtos metélt (G, T, L)  
-Alma  
-Szezámagos rozsos kenyér (G, S)

E:1 067,0, ZS:37,7, T:0,0, F:38,5,  
CH:131,4, C:2,6

-Rizsleves  
-Kisasszony szelet (G, L)  
-Burgonyapüré

E:1 077,0, ZS:37,0, T:0,0, F:46,9,  
CH:123,6, C:1,1

Összesen

E:1 082,0, ZS:58,2, T:0,0, F:36,5,  
CH:96,6, C:3,0

E:1 067,0, ZS:37,7, T:0,0, F:38,5,  
CH:131,4, C:2,6

E:1 077,0, ZS:37,0, T:0,0, F:46,9,  
CH:123,6, C:1,1

E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0,  
C:0,0

E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0,  
C:0,0



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

Felnőtt

(19-69 év)

Hétfő

2020.08.24.

Kedd

2020.08.25.

Szerda

2020.08.26.

Csütörtök

2020.08.27.

Péntek

2020.08.28.

Ebéd

-Zöldbab leves (G)  
 -Tarhonyás hús csirkéből (G, T)  
 -Vágott vegyes savanyúság  
 -Szezámagos rozsos kenyér (G, S)

E:914,0, ZS:22,9, T:0,0, F:47,7,  
 CH:123,9, C:1,1

-Tarhonyaleves (G, T)  
 -Rántott sertésszelet (G, T)  
 -Zöldborsófőzelék (G)  
 -Szezámagos rozsos kenyér (G, S)  
 -Alma

E:1 061,0, ZS:33,0, T:0,0, F:50,9,  
 CH:128,2, C:2,0

-Zeller krémleves (G, L, Z, T)  
 -Bajai húsgombóc (T, G, L)  
 -Szarvacska tészta (G, T)

E:1 128,0, ZS:50,6, T:1,7, F:41,2,  
 CH:121,8, C:3,0

Összesen

E:914,0, ZS:22,9, T:0,0, F:47,7,  
 CH:123,9, C:1,1

E:1 061,0, ZS:33,0, T:0,0, F:50,9,  
 CH:128,2, C:2,0

E:1 128,0, ZS:50,6, T:1,7, F:41,2,  
 CH:121,8, C:3,0



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