

70 évtől

Hétfő

2021.03.29.

Kedd

2021.03.30.

Szerda

2021.03.31.

Csütörtök

2021.04.01.

Péntek

2021.04.02.

Ebéd

-Csontleves (G, T, L, Z)
 -Fokhagymás sertéssült (G, L, T, Z, O, M)
 -Paradicsomos burgonyafőzelék (G)
 -Alma
 -Tönkölyös kenyér (G)

E:1 145,0, ZS:47,6, T:0,1, F:50,7,
 CH:111,2, C:3,0

-Daragaluska leves (G, T, Z)
 -Borsos pulykatokány (G, L, T, Z, O, M)
 -Párolt mexikói zöldségkeverék (G, L, T, Z, O, M)
 -Tésztaköret (G, T)

E:1 101,0, ZS:47,9, T:0,6, F:49,1,
 CH:112,2, C:4,1

-Hamis gulyás leves (G, L, T, Z)
 -Lecsós sertésszelet (G)
 -Párolt rizs (G, L, T, Z, O, M)

E:882,0, ZS:31,4, T:0,0, F:39,1,
 CH:112,5, C:3,3

-Burgonya leves, tojással (G, T)
 -Túrós lepény (L, G, T)
 -Fonott kalács (G, T)
 -Alma

E:1 252,0, ZS:36,4, T:0,0, F:37,9,
 CH:179,8, C:8,7

Összesen

E:1 145,0, ZS:47,6, T:0,1, F:50,7,
 CH:111,2, C:3,0

E:1 101,0, ZS:47,9, T:0,6, F:49,1,
 CH:112,2, C:4,1

E:882,0, ZS:31,4, T:0,0, F:39,1,
 CH:112,5, C:3,3

E:1 252,0, ZS:36,4, T:0,0, F:37,9,
 CH:179,8, C:8,7

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

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

2021.04.05.

Kedd

2021.04.06.

Szerda

2021.04.07.

Csütörtök

2021.04.08.

Péntek

2021.04.09.

Ebéd

-Húsgombóclevés (T, G, L, Z)
-Gránátos kocka (G, T)
-Alma

E:880,0, ZS:25,1, T:0,0, F:30,0,
CH:121,8, C:1,1

-Gyümölcslevés (G, L)
-Búbos szelet (L, G, T)
-Főtt-sült burgonya
-Céklasaláta

E:1 271,0, ZS:38,1, T:0,1, F:66,0,
CH:154,0, C:9,9

-Brokkolikrémleves (G, L, T)
-Stefánia Vagdalt (T, G, L)
-Zöldborsófőzelék (G)
-Alma
-Tönkölyös kenyér (G)

E:1 168,0, ZS:56,5, T:1,9, F:46,8,
CH:103,0, C:4,6

-Rizsleves
-Hentestokány sertéshúsból (G, L)
-Szarvacskas tészta (G, T)

E:1 089,0, ZS:46,1, T:0,0, F:41,5,
CH:120,5, C:2,7

Összesen

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

E:880,0, ZS:25,1, T:0,0, F:30,0,
CH:121,8, C:1,1

E:1 271,0, ZS:38,1, T:0,1, F:66,0,
CH:154,0, C:9,9

E:1 168,0, ZS:56,5, T:1,9, F:46,8,
CH:103,0, C:4,6

E:1 089,0, ZS:46,1, T:0,0, F:41,5,
CH:120,5, C:2,7

**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