

Felnőtt
(19-69 év)

Hétfő
2020.04.20.

Kedd
2020.04.21.

Szerda
2020.04.22.

Csütörtök
2020.04.23.

Péntek
2020.04.24.

Ebéd

-Lebbencsleves (Z, G, T)
-Sertésvagdalt (T, G, L, Z)
-Babfőzelék (L, G, Z, T, D)

-Zöldséges burgonyaleves (Z, G)
-Parajos,tejszínes csirkeragu (Z, G, L)
-Tésztaköret(masni) (G, T)

-Paradicsomleves (G, Z, T)
-Natúr szelet Budapest raguval (Z, G, L, T, D)
-Párolt rizs (Z)
-Savanyú uborka (M)

-Rántott leves tojással (G, Z, T)
-Rakott brokkoli sertéshússal (L, Z, G)
-Alma(1db)

-Tejszínes-tárkonyos csirkeraguleves (Z, G, T, L)
-Mákos metélt (G, T)

S:7,4, E:1 155,0, ZS:53,8, T:0,0, F:46,5, CH:115,1, C:1,7, Ca:69,5

S:6,2, E:938,0, ZS:28,7, T:0,0, F:43,9, CH:121,7, C:0,7, Ca:76,3

S:9,3, E:1 239,0, ZS:45,7, T:0,0, F:43,9, CH:161,7, C:5,1, Ca:25,9

S:10,2, E:781,0, ZS:45,9, T:0,0, F:30,7, CH:51,3, C:2,0, Ca:269,4

S:5,3, E:732,0, ZS:22,2, T:0,0, F:35,7, CH:95,3, C:1,1, Ca:98,0

Összesen

S:7,4, E:1 155,0, ZS:53,8, T:0,0, F:46,5, CH:115,1, C:1,7, Ca:69,5

S:6,2, E:938,0, ZS:28,7, T:0,0, F:43,9, CH:121,7, C:0,7, Ca:76,3

S:9,3, E:1 239,0, ZS:45,7, T:0,0, F:43,9, CH:161,7, C:5,1, Ca:25,9

S:10,2, E:781,0, ZS:45,9, T:0,0, F:30,7, CH:51,3, C:2,0, Ca:269,4

S:5,3, E:732,0, ZS:22,2, T:0,0, F:35,7, CH:95,3, C:1,1, Ca:98,0

Jó étvágyat!

Az 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

Felnőtt

(19-69 év)

Hétfő

2020.04.27.

Kedd

2020.04.28.

Szerda

2020.04.29.

Csütörtök

2020.04.30.

Péntek

2020.05.01.

Ebéd

-Daragaluska leves (G, T, Z)
 -Csirke
 aprópecsenye(combfiléből)
 (Z, G, L, T, D)
 -Zöldborsófőzelék (G, Z, L,
 T, D)
 -Alma(1db)

S:8,2, E:765,0, ZS:24,0, T:0,0, F:41,7,
 CH:84,7, C:1,6, Ca:153,4

-Zöldbableves(magyaros) (Z,
 G, T)
 -Cigánypecsenye (Z)
 -Párolt rizs (Z)
 -Savanyú uborka (M)

S:8,8, E:839,0, ZS:28,0, T:0,0, F:36,6,
 CH:110,7, C:1,3, Ca:49,0

-Frankfurti leves (L, O, M, G,
 Z)
 -Meggyel töltött nudli (G, T)
 -Porcukor

S:4,0, E:1 154,0, ZS:32,6, T:0,0, F:32,1,
 CH:181,4, C:20,9, Ca:133,2

-Tarhonyaleves (G, Z, T)
 -Pincepaprikás (Z)
 -Savanyú uborka (M)

S:5,0, E:787,0, ZS:22,1, T:0,0, F:30,8,
 CH:114,6, C:1,5, Ca:25,5

Összesen

S:8,2, E:765,0, ZS:24,0, T:0,0, F:41,7,
 CH:84,7, C:1,6, Ca:153,4

S:8,8, E:839,0, ZS:28,0, T:0,0, F:36,6,
 CH:110,7, C:1,3, Ca:49,0

S:4,0, E:1 154,0, ZS:32,6, T:0,0, F:32,1,
 CH:181,4, C:20,9, Ca:133,2

S:5,0, E:787,0, ZS:22,1, T:0,0, F:30,8,
 CH:114,6, C:1,5, Ca:25,5

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



Jó étvágyat!

Az 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