

Étlap

2021. október 11 - 2021. október 15



Étkezés	2021.10.11 Hétfő	2021.10.12 Kedd	2021.10.13 Szerda	2021.10.14 Csütörtök	2021.10.15 Péntek
Reggeli	Briós [1,3,7], Tej 1,5% [7]	Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Májkrém [6], Paprika, Tej 1,5% [7]	Tejbedara (tejbegríz) fahéjas szórattal [1,7]	Kifli [1,3], Főtt virsli [6], Tej 1,5% [7]	Tojásrántotta hagymával, paprikával [3], Graham kenyér [1,3,7], Tea
Tízórai	Kifli [1,3], kockasajt [7]	korpás zsemle [1,3,7], Minimargarin	Csokis croissant [1,3,7]	Pogácsa mini [1,3,7]	Gyümölcsjoghurt [7]
Ebéd	vegyes gyümölcsleves [1,7], Bácskai rizseshús, Csemege uborka	Húsgombóc leves [1,3,7,9], Gyümölcs, Sóskafozélék [1,7], Főtt burgonya, Főtt tojás [3]	Zöldborsóleves [1], Majorannás sertéstokány [1,7], Tészta köret [1,3]	Fokhagymakrémleves [1,7,8], Csirkemell tökmagos bundában [1,3], Párolt rizs, Vitamin saláta	Fánk [1,3,7], Főtt hús, sertéscomb, Paradicsomos káposztafozélék [1,9], Kenyér [1,3,7]
Uzsonna	Alma	Körte	Szilva	Banán	Narancs
Vacsora	Rántott karfiol [1,3], Burgonyapüré [7], Tartármártás [3,7,10]	Rácsos táska áfonyás töltelékkel [1,3,6,7]	Spagetti carbonara [1,7]	Sonkás pizza [1,3,7]	Szalámi csemege, Zsemle [1,3,7], Paradicsom
Energia:	2 003,45kcal	2 020,82kcal	2 056,31kcal	2 368,19kcal	1 619,85kcal
Zsír:	78,26g	82,24g	81,24g	82,06g	46,43g
Fehérje:	63,34g	65,25g	74,87g	106,86g	63,28g
Szénhidrát:	256,05g	249,66g	250,58g	291,76g	231,26g
Só:	8,09g	7,05g	6,79g	8,29g	7,61g

Allergének:
 1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezámag és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!