

Szombathely szociális 3x

Étlap

2021. október 25 - 2021. október 31



Étkezés	2021.10.25 Hétfő	2021.10.26 Kedd	2021.10.27 Szerda	2021.10.28 Csütörtök	2021.10.29 Péntek	2021.10.30 Szombat	2021.10.31 Vasárnap
Reggeli	Müzli [1], Tej 1,5% [7]	Sajtkrém [7,8], Paprika, Tea, Rozsos kenyér [1,3,7]	korpás zsemle [1,3,7], Tojáskrém [3,7,10], Kígyóuborka, Tej 1,5% [7]	zabkása almával, mazsolával [1,7]	Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Paprika, Magyaros vajkrém [7], Tej 1,5% [7]	Párizsi [6], Paradicsom, Tej 1,5% [7], Bajor rozskenyér [1,3,7]	Mazsolás kalács [1,3,7], Vaj [7], Karamellás tej [7]
Ebéd	Daragaluska leves friss zöldségből [1,3,9], Székelykáposzta [1,7], Kenyér [1,3,7]	Karalábéleves (magyaros), tészta nélkül, Sült csirkecomb, Zöldséges rizs	Gyümölcs, Sárgaborsó főzelék [1], Sült baromfi virsli [6], Sacher szelet	Sertésraguleves tárkonyos [1,7,9], Gránátos (burgonyás) kocka [1], Céklasaláta	Paradicsomleves [1,9], Tavaszi sertésszelet [1], Párolt rizs	Köményleves [1], Zuzapörkölt csirke-zuzából, Tarhonya köret [1]	Kertészleves [1,9], Vasi paprikás [1,10], Petrezselymes burgonya
Vacsora	rozsos zsemle [1], Zöldárú paradicsom, Csirkemellsonka [6]	sokmagvas stangli	Tejberizs erdei gyümölcsöntettel [7]	Magos zsemle [1,3,7,11], Húspástétom [1,6]	Csirkemell hamburger [1,3,7,10]	Mustár [10], Sült bécsi virsli, Francia kenyér [1,3,7]	Szezámós zsömle [1,11], Zöldáru új hagyma, Mexikói felvágott
Energia:	1 551,18kcal	1 165,82kcal	1 740,16kcal	1 505,04kcal	1 564,34kcal	1 733,98kcal	1 784,55kcal
Zsír:	45,42g	53,64g	56,59g	57,70g	54,56g	65,36g	61,25g
Fehérje:	78,72g	44,99g	75,54g	52,83g	78,56g	78,19g	65,90g
Szénhidrát:	202,62g	132,96g	226,98g	189,19g	186,28g	205,05g	236,29g
Só:	11,83g	4,64g	6,28g	3,97g	7,27g	12,25g	7,16g

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. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfürt

A változás jogát fenntartjuk!