

Étlap

2021. november 1 - 2021. november 5



Étkezés	2021.11.02 Kedd	2021.11.03 Szerda	2021.11.04 Csütörtök	2021.11.05 Péntek
Tízórai	Briós [1,3,7], Tej 1,5% [7]	Főtt virsli [6], Tej 1,5% [7], Bajor rozskenyér [1,3,7], Zöldáru uborka	Tojásrántotta hagymával, paprikával [3], Tea, Félbarna kenyér [1,3,7]	Kakaós csiga [1,3,7], Tej 1,5% [7]
Ebéd	Alföldi zöldségleves [9], Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Burgonyafőzelék [1,7], Csirkepörkölt	Zellerleves (magyaros) tésztával [1,9], Alma, Tészta köret [1,3], Spenót Csirke [1,7,8]	Brokkolikrémleves árpagyönggyel [1,3,7], Rántott hal diós bundában [1,3,4,8], Rizi-bizi, Tartármártás [3,7,10]	Csontleves [1], Paradicsommártás [1,9], Húsgombóc [3], Tört burgonya
Uzsonna	Korpás zsemle tonhalkrém lenmaggal póréahagyma [1,3,4,7,10]	Sajtos pogácsa [1,3,7]	Házi almás gyümölcsjoghurt [1,7], babapiskóta [1,3]	Sült karajos szendvics [1,3,7], Retek
Energia:	861,55kcal	1 061,35kcal	1 180,73kcal	988,97kcal
Zsír:	29,01g	34,90g	62,66g	34,19g
Fehérje:	41,64g	57,14g	37,35g	42,96g
Szénhidrát:	106,93g	125,61g	113,07g	127,07g
Só:	4,19g	3,63g	3,88g	4,65g

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. Csillagfűrt

A változás jogát fenntartjuk!