

Szombathely szociális 3x

Étlap

2022. február 7 - 2022. február 13



Étkezés	2022.02.07 Hétfő	2022.02.08 Kedd	2022.02.09 Szerda	2022.02.10 Csütörtök	2022.02.11 Péntek	2022.02.12 Szombat	2022.02.13 Vasárnap
Reggeli	Kolbászos tojásrántotta [3,6], Bajor rozskenyér [1,3,7], Pritamin paprika, Tej 1,5% [7]	Kukoricapehely, Tej 1,5% [7]	Kakaós kalács [1,3,7], Tej 1,5% [7]	Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Paprikás szalámi, Retek, Tej 1,5% [7]	Snidlinges túrókrém [7], Tea, Rozsos kenyér [1,3,7]	Olasz felvágott [6], Paradicsom, Csipkebogyó tea, Félbarna kenyér [1,3,7]	Kakaó, sokmagvas stangli [7]
Ebéd	Fejtett bableves [1,9], Gyümölcs, Csirkepörkölt, Tészta köret [1,3], Csemege uborka	Erőleves eperlevéllel [1,3,8,9], Burgonyafőzelék [1,7], Fasírt sertésből [1,3,7]	Gombakrém leves [7], Sertéssült, Zöldségmártás [1,7], Párolt rizs	Zöldségleves daragaluskával [1,3,9], Pírtott csirkemáj, Tört burgonya, Céklasaláta	Frankfurti leves [1,6,7], Mákos guba vaníliásodóval [1,3,7]	Tárkonyos sertésraguleves [1,7,9], Káposztás kocka [1]	Tojásleves [1,3], Csikóstokány [1,7], Főtt rizs
Vacsora	Sült csirkecomb, Kukoricás rizs	Korpás zsemle, tonhalkrém, lenmag, póréhagyma [1,3,4,7,10]	Csirkemell füstölt sajtmártással [1,7,8], Vegyes köret	Sonkás pizza [1,3,7]	Zsemle pulykamellsonka uborka [1,3,7]	Főtt kolbász [6], Graham kenyér [1,3,7], Mustár, fél adag [10]	Tojáskrém [3,7,10], Lilahagyma, Francia kenyér [1,3,7]
Energia:	2 088,59kcal	1 475,73kcal	2 414,61kcal	1 991,91kcal	1 684,02kcal	1 684,10kcal	1 404,39kcal
Zsír:	77,36g	50,58g	103,91g	72,52g	44,93g	68,21g	49,85g
Fehérje:	100,45g	66,79g	99,79g	95,52g	71,22g	61,36g	58,10g
Szénhidrát:	256,14g	185,09g	262,47g	232,53g	244,90g	202,07g	174,56g
Só:	9,76g	6,58g	7,50g	6,62g	6,80g	7,58g	6,12g

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. Csillagfűrt

A változás jogát fenntartjuk!