

Étlap

2022. május 23 - 2022. május 27



Étkezés	2022.05.23 Hétfő	2022.05.24 Kedd	2022.05.25 Szerda	2022.05.26 Csütörtök	2022.05.27 Péntek
Reggeli	Nutella [1,5], Tej 1,5% [7], Kenyér [1,3,7]	Mákos rigó (FS) [1,3,7], Tejeskávét [7]	Retek, Főtt virsli [6], Tea, Félbarna kenyér [1,3,7]	Tejbedara kakaó szóráttal [1,7]	Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Paradicsom, Csirkemell sonka [6], Tej 1,5% [7]
Tízórai	Mini pogácsa [1,3,7]	Pizzás csiga [1,7]	Kifli [1,3], Kockasajt [7]	Kifli, gyümölcsös túrókrém [1,3,7]	Sajtos stangli [1,3,7]
Ebéd	Csontleves eperlevéllel [1], Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Székelykáposzta [1,7]	Eperkrém leves [1,7,8], Halrudacska [4], Párolt rizs, Vitamin saláta [1,7]	Kertészleves [1,9], Húsgombóc paradicsommártással [1,3,9], Tört burgonya	Grízgaluska leves [1,3], Csirkemell vadászmártással [1,7,9,10], Tészta köret [1,3]	Sertésraguleves [3,7,9], Aranygaluska [1,3,7,8], Ivólé
Uzsonna	Kiwi	Alma	Banán	Narancs	Mandarin
Vacsora	Paradicsomos sajtos penne [1,7]	Sajtkrémés rúd [1,3,7]	Hamburger [1,3,6,7]	Túrógombóc [1,3,7]	Gyümölcsjoghurt [7], Csíkos kifli [1,3,7]
Energia:	1 675,91kcal	1 943,37kcal	2 045,77kcal	2 304,10kcal	1 662,27kcal
Zsír:	47,28g	81,33g	64,65g	64,43g	66,86g
Fehérje:	79,72g	51,12g	86,06g	102,92g	65,99g
Szénhidrát:	226,48g	243,46g	273,68g	318,44g	190,92g
Só:	8,32g	2,85g	8,56g	7,38g	4,21g

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!