

Felnőtt

(19-69 év)

Hétfő

2020.05.18.

Kedd

2020.05.19.

Szerda

2020.05.20.

Csütörtök

2020.05.21.

Péntek

2020.05.22.

Ebéd

-Bakonyi betyárleves (L, G, T, Z)
-Grízes tészta (G, T)
-Sütésálló gy.íz
-Porcukor

S:4,4, E:1 323,0, ZS:38,3, T:0,0, F:41,5,
CH:197,3, C:0,8, Ca:89,8

-Rántott leves tojással (G, Z, T)
-Natúr csirkemellfilé (G)
-Rizibizi
-Sajtmártás (G, L, Z, T)

S:8,2, E:1 452,0, ZS:83,6, T:3,2, F:48,4,
CH:123,1, C:0,2, Ca:228,4

-Csontleves (Z, G, T)
-Sertésvagdalt (T, G, L, Z)
-Tökfőzelék (G, L, Z, T, D)

S:11,3, E:699,0, ZS:39,3, T:0,0, F:27,5,
CH:56,3, C:1,4, Ca:109,6

-Karfiolleves(mirelit) (Z, G, T)
-Rántott sertéskaraj (G, T, Z)
-Petrezselymes burgonya
-Savanyú uborka (M)

S:5,5, E:970,0, ZS:31,6, T:0,0, F:46,9,
CH:121,7, C:2,0, Ca:52,9

-Zellerkrémleves (Z, G, L)
-Bolognai mártás (sertéshúsból) (Z, G)
-Tésztaköret(spagetti) (G, T)
-Sajtszórát (L)

S:5,5, E:1 316,0, ZS:78,3, T:6,5, F:43,8,
CH:104,1, C:2,7, Ca:318,4

Összesen

S:4,4, E:1 323,0, ZS:38,3, T:0,0, F:41,5,
CH:197,3, C:0,8, Ca:89,8

S:8,2, E:1 452,0, ZS:83,6, T:3,2, F:48,4,
CH:123,1, C:0,2, Ca:228,4

S:11,3, E:699,0, ZS:39,3, T:0,0, F:27,5,
CH:56,3, C:1,4, Ca:109,6

S:5,5, E:970,0, ZS:31,6, T:0,0, F:46,9,
CH:121,7, C:2,0, Ca:52,9

S:5,5, E:1 316,0, ZS:78,3, T:6,5, F:43,8,
CH:104,1, C:2,7, Ca:318,4



Jó étvágyat!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró

Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója

D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezámag
K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfürt
P: puhatestűek

Felnőtt
(19-69 év)

Hétfő
2020.05.25.

Kedd
2020.05.26.

Szerda
2020.05.27.

Csütörtök
2020.05.28.

Péntek
2020.05.29.

Ebéd

-Csirkeraguleves (Z, G, T)
-Szilvalekváros derelye (G, L, T)
-Porcukor

S:2,1, E:1 163,0, ZS:18,1, T:0,0, F:36,3,
CH:210,4, C:34,2, Ca:31,5

-Tejszínes meggye leves (L, G)
-Sült hurka
-Sült kolbász
-Főtt burgonya
-Párolt káposzta

S:7,1, E:1 239,0, ZS:54,6, T:15,5,
F:43,1, CH:127,5, C:2,0, Ca:49,0

-Daragaluska leves (G, T, Z)
-Sertésvagdalt (T, G, L, Z)
-Babfőzelék (L, G, Z, T, D)

S:7,4, E:1 093,0, ZS:50,6, T:0,0, F:46,2,
CH:108,0, C:1,7, Ca:84,7

-Lebbencsleves (Z, G, T)
-Édes-savanyú csirkecsíkok (Z, M, G, L, T, D)
-Párolt rizs (Z)

S:10,3, E:943,0, ZS:28,8, T:0,0, F:34,6,
CH:134,9, C:6,3, Ca:38,0

-Paradicsomos káposztaleves(sertéshússal) (G, Z)
-Sajtos pogácsa (G, T, L)

S:5,0, E:1 113,0, ZS:52,4, T:14,3,
F:35,4, CH:116,4, C:4,3, Ca:150,4

Összesen

S:2,1, E:1 163,0, ZS:18,1, T:0,0, F:36,3,
CH:210,4, C:34,2, Ca:31,5

S:7,1, E:1 239,0, ZS:54,6, T:15,5,
F:43,1, CH:127,5, C:2,0, Ca:49,0

S:7,4, E:1 093,0, ZS:50,6, T:0,0, F:46,2,
CH:108,0, C:1,7, Ca:84,7

S:10,3, E:943,0, ZS:28,8, T:0,0, F:34,6,
CH:134,9, C:6,3, Ca:38,0

S:5,0, E:1 113,0, ZS:52,4, T:14,3,
F:35,4, CH:116,4, C:4,3, Ca:150,4



Jó étvágyat!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Jelmagyarázat:

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
C: cukor (g)
E: energia (kcal)
T: telített zsírsav (g)
CH: szénhidrát (g)
Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró

Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója

D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezámag
K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfűrt
P: puhatestűek