



	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>Ebéd - A</b>	<b>Alföldi húsoleves</b>	<b>Pirított tésztalesves +</b>	<b>Csontleves</b>	<b>Zellerkrém leves +</b>	<b>Babgulyás +</b>
Tápanyag jellemzők	En: 242,0 kcal Zs: 16,1 g Tz: 0,5 g Fe: 11,5 g Sz: 13,2 g Cu: 2,3 g So: 0,3 g Hs: 0,2 g	En: 105,0 kcal Zs: 4,0 g Tz: 0,5 g Fe: 2,6 g Sz: 16,2 g Cu: 0,2 g So: 0,8 g Hs: 0,6 g	En: 58,6 kcal Zs: 2,3 g Tz: 0,3 g Fe: 1,7 g Sz: 9,4 g Cu: 0,1 g So: 0,2 g Hs: -	En: 75,8 kcal Zs: 4,0 g Tz: 0,3 g Fe: 2,5 g Sz: 7,1 g Cu: 0,6 g So: 0,1 g Hs: 0,1 g	En: 423,3 kcal Zs: 4,6 g Tz: 0,1 g Fe: 17,6 g Sz: 27,0 g Cu: 0,1 g So: 0,8 g Hs: 0,8 g
Allergének	zeller, glutén, tojás	glutén, tojás, zeller	glutén, tojás, zeller	tejjéle, zeller, glutén	zeller
	<b>Zöldborsófőzelék +</b>	<b>Sertésragu vadas módra</b>	<b>Párolt csirkemell</b>	<b>Rántott halfilé</b>	<b>Tejbegríz</b>
Tápanyag jellemzők	En: 287,0 kcal Zs: 8,8 g Tz: 1,6 g Fe: 10,8 g Sz: 41,2 g Cu: 9,1 g So: 0,1 g Hs: 0,1 g	En: 814,7 kcal Zs: 14,5 g Tz: 0,3 g Fe: 24,5 g Sz: 8,6 g Cu: 2,7 g So: 2,1 g Hs: 1,9 g	En: 211,2 kcal Zs: 13,3 g Tz: 1,9 g Fe: 23,8 g Sz: 1,0 g Cu: 0,1 g So: 0,3 g Hs: -	En: 569,1 kcal Zs: 35,5 g Tz: 6,0 g Fe: 26,4 g Sz: 28,9 g Cu: 0,1 g So: 1,2 g Hs: 0,7 g	En: 563,8 kcal Zs: 14,9 g Tz: 0,3 g Fe: 24,2 g Sz: 81,8 g Cu: 42,9 g So: 0,2 g Hs: 0,2 g
Allergének	glutén, tejjéle	mustár, tejjéle, zeller		glutén, hal, tojás	glutén, tejjéle
	<b>Ripp -ropp</b>	<b>Tészta köret</b>	<b>Párolt rizs +</b>	<b>Főtt burgonya +</b>	
Tápanyag jellemzők	En: 322,2 kcal Zs: 19,9 g Tz: 4,3 g Fe: 10,2 g Sz: 26,4 g Cu: 0,7 g So: 2,0 g Hs: -	En: 336,4 kcal Zs: 6,3 g Tz: 0,6 g Fe: 12,7 g Sz: 75,2 g Cu: - So: 0,7 g Hs: 0,1 g	En: 327,2 kcal Zs: 1,9 g Tz: 0,2 g Fe: 7,3 g Sz: 70,2 g Cu: 0,1 g So: 0,7 g Hs: -	En: 267,4 kcal Zs: 4,0 g Tz: 0,5 g Fe: 6,3 g Sz: 50,0 g Cu: - So: 0,3 g Hs: 0,3 g	
Allergének	glutén, szója	glutén, tojás	mustár, szója, zeller		
	<b>Kenyér teljes kiőrlésű</b>		<b>Párolt (mexikói) zöldség 1/2 +</b>	<b>Tartármártás +</b>	
Tápanyag jellemzők	En: 20,3 kcal Zs: 0,1 g Tz: 0,0 g Fe: 0,5 g Sz: 2,8 g Cu: 0,0 g So: 0,1 g Hs: -		En: 138,8 kcal Zs: 5,7 g Tz: 1,1 g Fe: 5,5 g Sz: 17,5 g Cu: 0,0 g So: 2,2 g Hs: -	En: 157,7 kcal Zs: 14,7 g Tz: 0,9 g Fe: 1,3 g Sz: 4,1 g Cu: 2,5 g So: 0,3 g Hs: -	
Allergének	glutén		tejjéle, zeller	mustár, tejjéle, tojás	

S Energia-A	871,43kcal	1256,15kcal	735,83kcal	1069,88kcal	987,02kcal
-------------	------------	-------------	------------	-------------	------------

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav, So - Összes só, Hs - Hozzáadott só

Az étlap változtatási jogát fenntartjuk!

Konyhavezető: Barati Istvánné Dietetikus: Gál Péterné