

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A					
	Tavaszi zöldség leves	Paradicsom leves +	Daragaluska leves	Brokkoli krémleves	Gulyás leves +
Tápanyag jellemzők	En: 108,9 kcal Zs: 4,1 g Tz: 0,5 g Fe: 3,8 g Sz: 16,9 g Cu: 0,1 g So: 0,6 g Hs: 0,5 g	En: 94,3 kcal Zs: 2,5 g Tz: 0,3 g Fe: 2,5 g Sz: 15,3 g Cu: 7,5 g So: 0,5 g Hs: 0,5 g	En: 69,5 kcal Zs: 3,0 g Tz: 0,3 g Fe: 2,4 g Sz: 7,9 g Cu: 1,6 g So: 0,1 g Hs: 0,1 g	En: 59,9 kcal Zs: 3,7 g Tz: 1,6 g Fe: 2,8 g Sz: 3,8 g Cu: 0,8 g So: 0,2 g Hs: 0,1 g	En: 161,5 kcal Zs: 4,3 g Tz: 0,6 g Fe: 4,0 g Sz: 25,8 g Cu: 0,1 g So: 1,3 g Hs: 1,2 g
Allergének	zeller, glutén, tojás	glutén, zeller, tojás	tojás, zeller, glutén	glutén, tejfőle, zeller	glutén, tojás
	Fejtett babfőzelék	Pásztor tarhonya +	Párolt csirkemell	Rántott halfilé	Szilvás gombóc
Tápanyag jellemzők	En: 360,0 kcal Zs: 9,6 g Tz: 0,6 g Fe: 15,9 g Sz: 47,7 g Cu: 3,4 g So: 0,4 g Hs: 0,4 g	En: 782,8 kcal Zs: 9,3 g Tz: 0,2 g Fe: 25,8 g Sz: 51,9 g Cu: 0,3 g So: 1,3 g Hs: 0,8 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: 0,2 g	En: 457,5 kcal Zs: 34,1 g Tz: 4,5 g Fe: 15,4 g Sz: 21,1 g Cu: - So: 0,8 g Hs: 0,7 g	En: 631,9 kcal Zs: 21,2 g Tz: 5,1 g Fe: 10,6 g Sz: 98,3 g Cu: 23,4 g So: 2,0 g Hs: -
Allergének	glutén, tejfőle	zeller, glutén, tojás		glutén, hal, tojás	glutén
	Fasírozott	Káposzta saláta +	Párolt (mexikói) zöldség 1/2 +	Főtt burgonya +	Alma
Tápanyag jellemzők	En: 346,9 kcal Zs: 24,6 g Tz: 0,7 g Fe: 16,9 g Sz: 12,5 g Cu: 0,4 g So: 0,3 g Hs: 0,1 g	En: 22,6 kcal Zs: 0,1 g Tz: - Fe: 0,9 g Sz: 4,1 g Cu: 0,6 g So: 0,2 g Hs: 0,2 g	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: 2,0 g	En: 235,8 kcal Zs: 0,5 g Tz: - Fe: 6,3 g Sz: 50,0 g Cu: - So: 0,3 g Hs: 0,3 g	En: 46,6 kcal Zs: 0,6 g Tz: - Fe: 0,6 g Sz: 10,5 g Cu: - So: 0,0 g Hs: -
Allergének	glutén, tojás		tejfőle, zeller		
			Párolt rizs +	Tartármártás +	
Tápanyag jellemzők			En: 326,3 kcal Zs: 1,8 g Tz: 0,2 g Fe: 7,3 g Sz: 70,0 g Cu: 0,0 g So: 0,1 g Hs: 0,1 g	En: 105,0 kcal Zs: 8,8 g Tz: 0,7 g Fe: 1,3 g Sz: 4,5 g Cu: 2,7 g So: 0,3 g Hs: -	
Allergének				mustár, tejfőle, tojás	
			Kenyér teljes kiőrlésű		
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: 0,0 g		
Allergének			glutén		
SEnergia-A	815,74kcal	899,65kcal	766,03kcal	858,29kcal	840,01kcal

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

Az étlap változtatatási jogát fenntartjuk!

Konyhavezető: Barati Istvánné Dietetikus:Gál Péterné