

Étlap

2018. június 4 - 2018. június 8

Menük	2018.06.04 Hétfő	2018.06.05 Kedd	2018.06.06 Szerda	2018.06.07 Csütörtök	2018.06.08 Péntek
A menü	Tavaszi karalábéleves ^{1,3} , Hentestokány ¹ , Párolt rizs E: 695kcal Zsír: 32,71g Feh.: 29,69g Só: 2,69g Cuk.: 4,21g E: 2 908KJ Tel.zsír.: 2,98g CH: 100,32g Ca: 50,87mg	Reszelt tészta leves ^{1,3,9} , Gyümölcs, Zöldborsó főzelék ^{1,7} , Főtt tojás ³ , Búza kenyér ebédhez ^{1,6} E: 600kcal Zsír: 21,56g Feh.: 24,78g Só: 2,76g Cuk.: 16,80g E: 1 891KJ Tel.zsír.: 1,96g CH: 74,65g Ca: 146,47mg	Lencsegulyás pulykacombból, Teljes őrlésű kenyér ebédhez ¹ , Aranygaluska ^{1,3,7,8} , Vanília öntet ⁷ E: 1 238kcal Zsír: 29,25g Feh.: 49,75g Só: 1,86g Cuk.: 21,01g E: 5 151KJ Tel.zsír.: 1,83g CH: 189,76g Ca: 201,83mg	Zöldségleves (eperlevéllel) ^{1,3} , Gyümölcs, Bakonyi pulyka tokány, Tészta köret ^{1,3} E: 867kcal Zsír: 43,61g Feh.: 36,54g Só: 6,43g Cuk.: 12,63g E: 3 654KJ Tel.zsír.: 5,60g CH: 81,69g Ca: 80,41mg	Szilvaleves ^{1,7} , Rántott hal ^{1,3,4,7} , Petrezselymes burgonya, Tartármártás ^{3,7,10} E: 987kcal Zsír: 46,04g Feh.: 33,91g Só: 3,57g Cuk.: 32,02g E: 4 131KJ Tel.zsír.: 7,34g CH: 106,39g Ca: 106,45mg
B menü	Tavaszi karalábéleves ^{1,3} , Húsgombóc ³ , Főtt burgonya, Paradicsommártás ^{1,9} E: 900kcal Zsír: 46,64g Feh.: 23,28g Só: 0,49g Cuk.: 17,34g E: 3 768KJ Tel.zsír.: 2,76g CH: 96,05g Ca: 60,94mg	Reszelt tészta leves ^{1,3,9} , Paprikás burgonya kolbásszalé, csalamádé E: 534kcal Zsír: 26,64g Feh.: 13,39g Só: 3,22g Cuk.: 14,15g E: 2 233KJ Tel.zsír.: 4,37g CH: 58,17g Ca: 79,80mg	Lencsegulyás pulykacombból, Gyümölcs, Sárgaborsó főzelék ¹ , Sajtropogós ^{1,3,7} E: 1 435kcal Zsír: 67,92g Feh.: 63,06g Só: 6,81g Cuk.: 12,46g E: 5 968KJ Tel.zsír.: 12,31g CH: 140,03g Ca: 443,82mg	Zöldségleves (eperlevéllel) ^{1,3} , Mexikói csirkeragu ¹ , Tészta köret ^{1,3} , Csemege uborka E: 739kcal Zsír: 26,49g Feh.: 35,28g Só: 6,65g Cuk.: 7,46g E: 3 114KJ Tel.zsír.: 2,26g CH: 86,95g Ca: 80,36mg	Szilvaleves ^{1,7} , Sertés sült (karaj), Hagymás tört burgonya, Céklasaláta E: 769kcal Zsír: 31,97g Feh.: 24,29g Só: 4,27g Cuk.: 46,26g E: 3 215KJ Tel.zsír.: 4,41g CH: 92,25g Ca: 135,45mg

Jó Étvágyat Kívánunk!

Diétás étkeztetést biztosítunk. Kérjük, a diétás étlapról és allergénekről érdeklődjön a konyhai személyzetnél, vagy a 06 70 489-9519-es számon! A szükség szerinti étlap változásáért előre is elnézésüket kérjük, megértésüket köszönjük! Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia/kcal/adag), SZH(szénhidr./g/adag), ZSÍR(zsirtartalom/g/adag), FEH(fehérjeteralom/g/adag)

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