

2024.DECEMBER 9-15

ÉTLAP

Normál	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Ebéd	Reszelttészta leves /1,3,6,7,9,10,12/ Vagdalt /1,3,6,7,10,11/ Burgonyafőzelék /1,7/ Teljes kiőrlésű kenyér /1,6,7,8,11/	Karalábéleves /1,3,6,7,9,10/ Bakonyi tokány /1,7,10/ Tészta /1,3/	Gulyásleves /1,3,6,7,9,10/ Mákos metélt /1,3,5,8,11,12/ Alma	Zöldborsóleves /1,3,6,7,9,10/ Sajttal töltött halrúd /1,4,7,9/ Párolt rizs	Rántott leves /1/ levesgyönggyel /1,3/ Serpenyős burgonya Teljes kiőrlésű kenyér /6/ /1,6,7,8,11/ Vágott vegyes savanyú	Zöldségleves /1,3,6,7,9,10/ Natúr sertésszelet /1,3,6,7,9,10/ Fejtett babfőzelék /1,7/ Teljes kiőrlésű kenyér /1,6,7,8,11/	Erőleves /1,3,6,7,9,10,12/ Fokhagymás csirkemell /1,3,6,7,9,10/ Főtt rizs
	Energia:962 kcal Szénhidrát:103,7 g Fehérje:45,6 g Zsír:39,7 g Só:2,3 g Cukor: 0 g	Energia:1044 kcal Szénhidrát:100,9g Fehérje:46,2 g Zsír:51 g Só:2,6g Cukor: 0 g	Energia:992 kcal Szénhidrát:120,6g Fehérje:41,3 g Zsír:38 g Só:1,8 g Cukor: 15 g	Energia:901 kcal Szénhidrát:134,6 g Fehérje:29,5 g Zsír:25,3 g Só:1,7g Cukor: 3 g	Energia:853 kcal Szénhidrát:95,3g Fehérje:28 g Zsír:39,2 g Só:8,5 g Cukor: 0 g	Energia:961 kcal Szénhidrát:103,8g Fehérje:50,4 g Zsír:34,6 g Só:1,3g Cukor: 0 g	Energia:709 kcal Szénhidrát:101g Fehérje:43,5 g Zsír:12,5 g Só:0,9g Cukor: 0 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Allergének listája: 1. glutén, 2. rákfélék, 3. tojás, 4. halak, 5. földimogyoró, 6. szója, 7. tej, 8. diófélék, 9.zeller, 10.mustár, 11.szezám, 12.kén-dioxid, 13.csillagfürt, 14. puhatestűek

Jó étvágyat kívánunk!