

Étlap

17.hét

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2025.04.21.	<i>Kedd</i> 2025.04.22.	<i>Szerda</i> 2025.04.23.	<i>Csütörtök</i> 2025.04.24.	<i>Péntek</i> 2025.04.25.
<i>Ebéd</i>			-Csontleves cércsontetéllel (E:133,0 ZS:3,4 T:0,0 F:5,6 CH:19,9 C:0,9 S:1,1) (G, L, T, D, Z) -Paprikás sertés apró (E:244,9 ZS:27,6 T:8,1 F:16,2 CH:9,1 C:0,2 S:1,0) (G, K) -Kelkáposztafőzelék (E:244,4 ZS:5,5 T:3,5 F:9,2 CH:38,3 C:1,2 S:1,1) (G, L) -Fehér kenyér (E:127,6 ZS:0,4 T:0,0 F:4,2 CH:26,2 C:0,0 S:0,9) (G)	-Gyümölcsleves (E:209,1 ZS:3,7 T:2,6 F:2,7 CH:40,7 C:0,9 S:1,0) (G, L) -Rakott burgonya (E:544,1 ZS:33,3 T:4,0 F:17,0 CH:59,0 C:1,1 S:0,6) (L, T) -Teljes kiőrlésű kenyér (E:124,5 ZS:0,4 T:0,0 F:4,3 CH:25,3 C:0,0 S:0,9) (G)	-Palóclevés (E:300,4 ZS:20,7 T:7,0 F:14,7 CH:28,9 C:3,8 S:1,4) (L, G, T, Z, M) -Prézlis metélt (E:406,8 ZS:4,9 T:0,7 F:9,1 CH:80,0 C:0,1 S:0,5) (G, T, L, O, D, S) -Fehér kenyér (E:127,6 ZS:0,4 T:0,0 F:4,2 CH:26,2 C:0,0 S:0,9) (G)
			<i>S:4,1, E:750,0, ZS:37,0, T:11,6, F:35,1, CH:93,4, C:2,3, Ca:112,5</i>	<i>S:2,6, E:878,0, ZS:37,5, T:6,5, F:23,9, CH:125,0, C:2,0, Ca:51,9</i>	<i>S:2,8, E:835,0, ZS:26,0, T:7,7, F:28,0, CH:135,0, C:3,9, Ca:57,0</i>
<i>Összesen</i>	<i>S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0</i>	<i>S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0</i>	<i>S:4,1, E:750,0, ZS:37,0, T:11,6, F:35,1, CH:93,4, C:2,3, Ca:112,5</i>	<i>S:2,6, E:878,0, ZS:37,5, T:6,5, F:23,9, CH:125,0, C:2,0, Ca:51,9</i>	<i>S:2,8, E:835,0, ZS:26,0, T:7,7, F:28,0, CH:135,0, C:3,9, Ca:57,0</i>

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk !

Jó étvágyat !

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

<i>S: só (g)</i>	<i>E: energia (kcal)</i>	<i>G: glutén, gabonák</i>	<i>Z: zeller</i>	<i>D: diófélék, mandula, pisztácia</i>	<i>C: csillagfűrt</i>
<i>ZS: zsír (g)</i>	<i>T: telített zsírsav (g)</i>	<i>L: laktóz, tej, tejtermékek</i>	<i>R: rákfélék</i>	<i>M: mustár</i>	<i>P: puhatestűek</i>
<i>F: fehérje (g)</i>	<i>CH: szénhidrát (g)</i>	<i>T: tojás, fehérje</i>	<i>H: halak</i>	<i>S: szezám</i>	
<i>C: cukor (g)</i>	<i>Ca: kalcium (mg)</i>	<i>F: földimogyoró</i>	<i>O: szója</i>	<i>K: szulfitek, kéndioxid</i>	

Timárné Pintér Aranka