

2018. 09.hét	ÉTLAP													
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek									
Ebéd	Meggyleves Fokhagymás-fűszeres sertés ragu Zöldséges tészta Müzli szelet	Paradicsomleves tésztával Pulykacomb rizottó Alma	Daragaluska leves Sült csirkemell Tört burgonya Párolt káposzta	Tarhonyaleves zöldséges Tojáslepény Zöldbabfőzelék Teljes kiőrlésű, csökkentett sótartalmú kenyér Narancs	Szoljanka leves Halfasírt Kapormártás Tepsis burgonya									
	energia: 713 Kcal szénhidrát: 90 g Allergének: tejtermék, laktóz; glutén; szója; kén-dioxid, szulfít; tojás	fehérje: 35 g cukor: 12 g	zsír / telített zs.: 23 g / 6,1 g só: 1,8 g	energia: 722 Kcal szénhidrát: 99 g Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz	fehérje: 36 g cukor: 8 g	zsír / telített zs.: 20 g / 5,6 g só: 2,5 g	energia: 719 Kcal szénhidrát: 102 g Allergének: glutén; tojás; zeller	fehérje: 35 g cukor: 3 g	zsír / telített zs.: 18 g / 2,3 g só: 3,4 g	energia: 710 Kcal szénhidrát: 93 g Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; tojás; zeller	fehérje: 26 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 25 g / 5,6 g só: 2,5 g	energia: 709 Kcal szénhidrát: 79 g Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; hal; tojás; mustár	fehérje: 41 g cukor: 4 g

2018. 10.hét	ÉTLAP													
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek									
Ebéd	Karfiolleves tejfölös tésztával Bácskai rizseshús Csemege uborka Teljes kiőrlésű, csökkentett sótartalmú kenyér	Gombakrémleves Pírtott zsemlekočka Sült csirkecomb Petrezselymes burgonya Céklakonzerv	Lebbencsleves Rakott kelkáposzta Teljes kiőrlésű, csökkentett sótartalmú kenyér	Zöldségleves tésztával Sült virsli Finomfőzelék Teljes kiőrlésű, csökkentett sótartalmú kenyér	Lencsegulyás zöldséggel Mákos metélt									
	energia: 715 Kcal szénhidrát: 101 g Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; zeller	fehérje: 35 g cukor: 6 g	zsír / telített zs.: 18 g / 5,4 g só: 2,8 g	energia: 707 Kcal szénhidrát: 86 g Allergének: tejtermék, laktóz; glutén	fehérje: 33 g cukor: 6 g	zsír / telített zs.: 25 g / 4,9 g só: 4,1 g	energia: 714 Kcal szénhidrát: 77 g Allergének: zeller; glutén; tojás; tejtermék, laktóz	fehérje: 29 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 32 g / 8,6 g só: 2,4 g	energia: 714 Kcal szénhidrát: 77 g Allergének: glutén; zeller; tejtermék, laktóz	fehérje: 29 g cukor: 0 g	zsír / telített zs.: 31 g / 7,9 g só: 4 g	energia: 713 Kcal szénhidrát: 92 g Allergének: glutén; zeller	fehérje: 34 g cukor: 12 g

A feltüntetett tápanyag adatok NutriComp Étrend4 programmal lettek kiszámítva

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk.

Keresztesné Somogyi Krisztina

Megbízott Élelmezésvezető