



Étlap

2019. szeptember 2 - 2019. szeptember 6

Tejmentes 3x-i

Étkezés	2019.09.02 Hétf	2019.09.03 Kedd	2019.09.04 Szerda	2019.09.05 Csütörtök	2019.09.06 Péntek
Tízórai	Tea sonkás felvágott zsemle ^{1,3} margarin liga E: 430,31kcal, Zsír: 16,63g, Tel.zsír.: 5,23g, Feh.: 31,60g, CH: 38,06g, Cuk: 6,99g, Só: 5,04g, Ca: 52,64mg	Tea csemege szalámi zsemle ^{1,3} zöldpaprika margarin liga E: 298,85kcal, Zsír: 12,20g, Tel.zsír.: 3,84g, Feh.: 8,47g, CH: 38,45g, Cuk: 6,99g, Só: 1,48g, Ca: 17,29mg	Tea margarin liga csemege szalámi zsemle ^{1,3} E: 294,93kcal, Zsír: 12,14g, Tel.zsír.: 3,84g, Feh.: 8,23g, CH: 37,85g, Cuk: 6,99g, Só: 1,48g, Ca: 14,89mg	Tea méz margarin liga zsemle ^{1,3} E: 262,76kcal, Zsír: 6,38g, Tel.zsír.: 1,63g, Feh.: 5,14g, CH: 45,91g, Cuk: 15,09g, Só: 0,95g, Ca: 16,64mg	Tea löncs felvágott ⁶ margarin liga zsemle ^{1,3} E: 262,81kcal, Zsír: 9,13g, Tel.zsír.: 2,65g, Feh.: 6,82g, CH: 38,06g, Cuk: 6,99g, Só: 1,30g, Ca: 14,14mg
Ebéd	Paradicsom leves ^{1,3} Sertés sült Rizi-bizi ecetes uborka E: 564,14kcal, Zsír: 25,55g, Tel.zsír.: 2,49g, Feh.: 21,20g, CH: 60,78g, Cuk: 5,00g, Só: 1,39g, Ca: 51,75mg	Vegyes zöldségleves ^{1,3,9} Sertés sült Burgonyaf zelék TM ¹ E: 419,05kcal, Zsír: 15,91g, Tel.zsír.: 1,24g, Feh.: 20,99g, CH: 46,19g, Cuk: 0,00g, Só: 1,32g, Ca: 67,50mg	Gulyásleves Mákos metélt ^{1,3} E: 629,86kcal, Zsír: 20,49g, Tel.zsír.: 3,19g, Feh.: 27,33g, CH: 82,87g, Cuk: 20,00g, Só: 2,61g, Ca: 249,53mg	Vegyes zöldségleves ^{1,3,9} Sült csirkecomb Párolt rizsköret csalamádé E: 395,88kcal, Zsír: 7,46g, Tel.zsír.: 1,39g, Feh.: 18,15g, CH: 63,47g, Cuk: 2,50g, Só: 1,86g, Ca: 71,57mg	Lebbencsleves ^{1,3} Sertés sült Zöldborsóf zelék TM ¹ E: 512,31kcal, Zsír: 21,56g, Tel.zsír.: 2,11g, Feh.: 27,04g, CH: 50,34g, Cuk: 0,00g, Só: 0,31g, Ca: 87,13mg
Uzsonna	margarin liga zsemle ^{1,3} kígyó uborka E: 204,27kcal, Zsír: 6,40g, Tel.zsír.: 1,63g, Feh.: 5,30g, CH: 31,16g, Cuk: 0,00g, Só: 0,96g, Ca: 15,59mg	kígyó uborka zsemle ^{1,3} margarin liga E: 204,27kcal, Zsír: 6,40g, Tel.zsír.: 1,63g, Feh.: 5,30g, CH: 31,16g, Cuk: 0,00g, Só: 0,96g, Ca: 15,59mg	zsemle ^{1,3} margarin liga zöldpaprika E: 205,84kcal, Zsír: 6,44g, Tel.zsír.: 1,63g, Feh.: 5,34g, CH: 31,42g, Cuk: 0,00g, Só: 0,95g, Ca: 14,99mg	F tt tojás ³ sárgarépa margarin liga zsemle ^{1,3} E: 209,96kcal, Zsír: 6,42g, Tel.zsír.: 1,64g, Feh.: 5,34g, CH: 32,44g, Cuk: 0,00g, Só: 1,01g, Ca: 21,79mg	alma zsemle ^{1,3} E: 182,22kcal, Zsír: 0,78g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 5,48g, CH: 37,78g, Cuk: 0,00g, Só: 0,86g, Ca: 21,89mg

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. Szezámgyökér és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestek 14. Csillagfürt

További tájékoztatás elérhető a következő telefonszámokon:

Némethné Ráth Zsuzsanna ételvezető - 20/322-5957

Kiss Henrietta - dietetikus 20/297-4229

Az ételvezetői jogot fenntartjuk!