

## ÉTLAP

2024. szeptember 30.-tól

október 04.-ig

40. hét

Étkezések	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
<b>TÍZÓRAI</b>	<b>Tea</b> Allergének: <b>Snidlinges vajkrémes kukoricás kenyér</b> <b>Uborka</b> Só: 0,28g Allergének: 1, 7	<b>Tej</b> Allergének: 7 <b>Gabona golyó</b> Só: 0,02g Allergének: 1,5, 6, 7	<b>Kakaó</b> Allergének: 7 <b>Margarinos szezámagos kifli</b> Só: 0,02g Allergének: 1, 7	<b>Tea</b> Allergének: <b>Májkrémes burgonyás kenyér</b> <b>Uborka</b> Só: 0,28g Allergének: 1, 3, 7	<b>Gyümölcs joghurt</b> Allergének: 7 <b>Kifli</b> Só: 0,02g Allergének: 1
<b>EBÉD</b>	<b>Hagyma leves</b> Só: 1,18g Allergének: 1, 7 <b>Zöldborsós csirkemell ragu</b> Só: 1,82g Allergének: 1, 7 <b>Párolt bulgur</b> Só: 0,82 g Allergének: 1	<b>Bazsalikomos paradicsom leves</b> Só: 1,12g Allergének: 1, 9 <b>Serpenyős burgonya virslivel</b> Só: 2,18g Allergének: 1, 6 <b>Csemege uborka</b> Só: 0,25 g Allergének:	<b>Palóc leves</b> Só: 1. 75g Allergének: 1, 3, 7, 9 <b>Darás metélt, sárgabarack lekvárral</b> Só: 0,83g Allergének: 1, 3 <b>Gyümölcs</b> Só: g Allergének:	<b>Daragaluska leves</b> Só: 1,14g Allergének: 1, 3, 7, 9 <b>Pulyka vagdalt Fejtett bab főzelék</b> Só: 2,35g Allergének: 1, 3, 7 <b>Gyümölcs</b> Só: g Allergének:	<b>Vegyes gyümölcs leves</b> Só: 0,32g Allergének: 1, 7 <b>Bakonyi csirkemell</b> Só: 1,16g Allergének: 1, 7 <b>Párolt rizs</b> Só: 1,12g Allergének: 1
<b>UZSONNA</b>	<b>Krémtúró</b> Só: 0,02g Allergének: 7 <b>Kifli</b> Só: 0,02 g Allergének: 1	<b>Magvas perec</b> Só: 0,28 g Allergének: 1, 7 <b>Gyümölcs</b> Só: g Allergének:	<b>Margarinos teljeskiőrlésű sokmagvas kenyér, szalámi</b> Só: 0,34g Allergének: 1, 7 <b>Paprika</b> Só: g Allergének:	<b>Poharas tej</b> Só: g Allergének: 7 <b>Teljeskiőrlésű croissant</b> Só: 0,02 g Allergének: 1, 3, 7	<b>Gabonás keksz</b> Só: 0,02g Allergének: 1, 3, 5, 7 <b>Gyümölcs</b> Só: g Allergének:
Energia	1352,78kcal	1281,15kcal	1210,15kcal	1245,41 kcal	1272kcal
Zsír	23,45g	28,55g	28,18g	36,41 g	47,35g
Fehérje	42,47g	62,38g	44,38g	48,52 g	62,38g
Szénhidrát	151,8g	141,41g	158,41g	138,3g	132,4g

1. Glutént tartalmazó gabonafélék. 2. Rákfélék. 3. Tojás. 4. Hal. 5. Földimogyoró. 6. Szójabab. 7. Tej (beleértve a laktózt). 8. diófélék. 9. Zeller. 10. Mustár. 11. Szezám. 12. Kén-dioxid. 13. Puhatestűek. 14. Csillagfürt

A változtatás jogát fenntartjuk!

A savanyúság édesítőszeret tartalmaz!

