



2023. Szeptember 18. – 2023. Szeptember 22.



## Étlap Felőtt

	Menü	Energia /adag	Fehérje /adag	Zsír /adag ebből telített zsírsav /adag	Szén- hidrát /adag	cukor /adag	allergén anyag /adag	só /adag
<b>Hétfő</b>								
Leves	Fokhagyma krémleves Pírított kenyérkocka	324 kcal	24 g	34 g 9 g	49 g	2 g	Liszt, tojás, tej	1 g
A	Húsos makaróni Reszelt trappista sajt,	405 kcal	21 g	31 g 2 g	47 g	1 g	Liszt, tojás, tej,	1 g
B	Zöldborsós tokány Tészta köret	425 kcal	20 g	30 g 2 g	48 g	1 g	Liszt, tojás	1 g
<b>Kedd</b>								
Leves	Zöldséges karfiol leves	308 kcal	19 g	19 g 3 g	47 g	1 g	Liszt, tojás	1 g
A	Finomfőzelék Virslis, kenyér	432 kcal	21 g	22 g 2 g	45 g	1 g	Liszt, tojás, tej,	1 g
B	Tejfölös-gombás csirkeragu Szarvacskas tészta	498 kcal	22 g	21 g 2 g	41 g	1 g	Liszt, tojás, tej	1 g
<b>Szerda</b>								
Leves	Lebbencsleves	341 kcal	11 g	23 g 7 g	46 g	4 g	Liszt, tojás, tej	1 g
A	Mustáros halfilé Kukoricás rizs	474 kcal	18 g	22 g 2 g	41 g	1 g	Liszt, tojás, tej, hal	1 g
B	Rakott karfiol	412 kcal	16 g	21 g	43 g	1 g	Liszt, tojás, tej	1 g
<b>Csütörtök</b>								
Leves	Reszelt tésztaleves	374 kcal	21 g	19 g 7 g	46 g	3 g	Liszt, tojás	1 g
A	Lucskos káposzta bent főtt hússal, kenyér	496 kcal	22 g	21 g 1 g	48 g	1 g	Liszt, tojás, tej,	1 g
B	Csikós tokány Kusz-kusz	432 kcal	21 g	22 g 2 g	41 g	1 g	Liszt, tojás, tej	1 g
<b>Péntek</b>								
Leves	Kassai burgonyaleves Kenyer	354 kcal	25 g	22 g 6 g	67 g	1 g	Liszt, tojás, tej,	1 g
A	Kelt rétes Alma	465 kcal	22 g	21 g 2 g	58 g	1 g	Liszt, tojás, tej,	1 g
B	Darás tészta Alma	425 kcal	21 g	20 g 1 g	44 g	1 g	Liszt, tojás, tej	1 g

.....  
Elemezésvezető

Étlapunkon a napi transzsav tartalom 1g alatt van, és ez az össz. zsírtartalom 20 % - át sosem éri el.

Étlapunkon szereplő ételek nyomokban glutént, tejet, tojást,ogyorót tartalmazhatnak, mivel ezeket az alapanyagokat feldolgozó üzemből készülnek, felelősséget a „mentes” ételeinkért vállalunk.

A változtatás jogát  
fenntartjuk.