

70 évtől	Hétfő 2021.03.15.	Kedd 2021.03.16.	Szerda 2021.03.17.	Csütörtök 2021.03.18.	Péntek 2021.03.19.
<i>Ebéd</i>		-Csontleves tésztával (Z, G, T, L, O, M) -Paradicsomos húsgombóc (T, G) -Főtt burgonya	-Daragaluska leves (G, T, Z, L, O, M) -Rakott zöldbab (L) -Alma	-Tejfölös burgonyaleves (L, G) -Ketchupos csirkecomb -Párolt rizs	-Gulyásleves (Z, G, L, T, O, M) -Fánk barackkízzel (G, L, T)
		S:3,3, E:680,0, ZS:7,5, T:0,0, F:33,6, CH:115,0, C:4,8, Ca:55,8	S:1,4, E:810,0, ZS:43,9, T:0,3, F:27,7, CH:63,9, C:2,7, Ca:124,7	S:3,8, E:828,0, ZS:31,6, T:0,3, F:35,4, CH:95,3, C:0,6, Ca:10,4	S:2,7, E:1 033,0, ZS:54,7, T:1,7, F:38,1, CH:95,8, C:9,5, Ca:42,1
<i>Összesen</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	S:3,3, E:680,0, ZS:7,5, T:0,0, F:33,6, CH:115,0, C:4,8, Ca:55,8	S:1,4, E:810,0, ZS:43,9, T:0,3, F:27,7, CH:63,9, C:2,7, Ca:124,7	S:3,8, E:828,0, ZS:31,6, T:0,3, F:35,4, CH:95,3, C:0,6, Ca:10,4	S:2,7, E:1 033,0, ZS:54,7, T:1,7, F:38,1, CH:95,8, C:9,5, Ca:42,1

Jó étvágyat!

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk!

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
 ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
 F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
 C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia C: csillagfűrt
 L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
 T: tojás, fehérje H: halak S: szezám
 F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid

70 évtől	Hétfő 2021.03.22.	Kedd 2021.03.23.	Szerda 2021.03.24.	Csütörtök 2021.03.25.	Péntek 2021.03.26.
Ebéd	-Sárgarépa krémleves (Z, G, L, T, O, M) -Halfilé párizsiasan (G, L, T) -Majonézes kukoricasaláta (M, L, T)	-Gyümölcsleves (L) -Lencsefőzelék (L, G) -Vagdaltpogácsa (G, T)	-Húsgombóclevés (G, Z, T, L, O, M) -Rizsfelfújt (L, T, G) -Alma	-Kertészleves (Z, G) -Csirkepörkölt -Kelkáposzta főzelék (G, L, T, Z, O, M)	-Magyaros zellerleves (G, Z) -Brassói aprópecsenye -Uborkasaláta
	S:3,8, E:611,0, ZS:25,8, T:0,6, F:19,5, CH:61,4, C:5,1, Ca:68,6	S:3,2, E:573,0, ZS:19,2, T:1,5, F:20,7, CH:71,1, C:17,9, Ca:37,1	S:3,0, E:825,0, ZS:27,9, T:2,3, F:24,8, CH:105,4, C:12,6, Ca:301,5	S:3,5, E:642,0, ZS:30,8, T:0,0, F:43,2, CH:49,3, C:2,7, Ca:136,9	S:6,8, E:648,0, ZS:31,1, T:0,0, F:28,2, CH:62,0, C:1,0, Ca:37,3
Összesen	S:3,8, E:611,0, ZS:25,8, T:0,6, F:19,5, CH:61,4, C:5,1, Ca:68,6	S:3,2, E:573,0, ZS:19,2, T:1,5, F:20,7, CH:71,1, C:17,9, Ca:37,1	S:3,0, E:825,0, ZS:27,9, T:2,3, F:24,8, CH:105,4, C:12,6, Ca:301,5	S:3,5, E:642,0, ZS:30,8, T:0,0, F:43,2, CH:49,3, C:2,7, Ca:136,9	S:6,8, E:648,0, ZS:31,1, T:0,0, F:28,2, CH:62,0, C:1,0, Ca:37,3

Jó étvágyat!

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk!

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
 ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
 F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
 C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia C: csillagfűrt
 L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
 T: tojás, fehérje H: halak S: szezám
 F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid