

70 évtől	Hétfő 2021.04.12.	Kedd 2021.04.13.	Szerda 2021.04.14.	Csütörtök 2021.04.15.	Péntek 2021.04.16.
Ebéd	-Kolbászos burgonyaleves (G) -Mákos metélt (G, T) -Alma S:3,2, E:900,0, ZS:34,3, T:1,5, F:30,6, CH:103,8, C:3,2, Ca:332,3	-Brokkolikrémleves (G, L) -Rántott karfiol (G, T) -Snidlinges rizs -Tartármártás (T, M, L) S:2,2, E:756,0, ZS:37,2, T:2,2, F:14,0, CH:81,4, C:5,1, Ca:60,3	-Sertéshúsleves (G, T) -Főtt hús -Vadas mártás (L, Z, G, M) -Zelleres törtburgonya (Z) S:4,3, E:717,0, ZS:28,1, T:2,4, F:51,4, CH:61,7, C:5,2, Ca:109,9	-Májgombóclevés (T, G) -Palermói csirkemell (L) -Bulgur (G, O) -Alma S:3,9, E:877,0, ZS:33,3, T:0,2, F:57,7, CH:74,2, C:2,3, Ca:221,8	-Magyaros karalábéleves (G, T) -Finomfőzelék (L, G) -Fokhagymás sertéssült S:3,9, E:689,0, ZS:30,1, T:0,3, F:35,0, CH:67,5, C:10,0, Ca:19,4
Összesen	S:3,2, E:900,0, ZS:34,3, T:1,5, F:30,6, CH:103,8, C:3,2, Ca:332,3	S:2,2, E:756,0, ZS:37,2, T:2,2, F:14,0, CH:81,4, C:5,1, Ca:60,3	S:4,3, E:717,0, ZS:28,1, T:2,4, F:51,4, CH:61,7, C:5,2, Ca:109,9	S:3,9, E:877,0, ZS:33,3, T:0,2, F:57,7, CH:74,2, C:2,3, Ca:221,8	S:3,9, E:689,0, ZS:30,1, T:0,3, F:35,0, CH:67,5, C:10,0, Ca:19,4

Jó étvágyat!

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk!

Jelmagyarázat:

S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezám	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	

70 évtől	Hétfő 2021.04.19.	Kedd 2021.04.20.	Szerda 2021.04.21.	Csütörtök 2021.04.22.	Péntek 2021.04.23.
Ebéd	-Hagymaleves (L, G, T) -Rakott burgonya kolbásszal (T, L) -Cékla savanyúság	-Zöldségkrémleves (Z, G, L) -Bolognai spagetti (G, T, L) -Alma	-Almaleves (L, G) -Bácskai rizses hús -Csemege uborka	-Tárkonyos csirkeraguleves (G, T, Z, L) -Káposztás kocka (G, T) -Alma	-Paradicsomleves (G, Z, T) -Zöldborsófőzelék (G, L) -Pulyka sült
	S:4,0, E:818,0, ZS:33,1, T:6,2, F:21,0, CH:69,1, C:1,2, Ca:88,0	S:4,2, E:850,0, ZS:27,4, T:1,6, F:38,4, CH:99,3, C:10,2, Ca:200,1	S:2,7, E:690,0, ZS:18,1, T:2,5, F:30,6, CH:92,3, C:5,0, Ca:45,7	S:4,1, E:754,0, ZS:22,4, T:2,4, F:33,4, CH:91,0, C:2,9, Ca:143,1	S:4,2, E:733,0, ZS:30,6, T:0,0, F:42,5, CH:62,5, C:2,4, Ca:31,4
Összesen	S:4,0, E:818,0, ZS:33,1, T:6,2, F:21,0, CH:69,1, C:1,2, Ca:88,0	S:4,2, E:850,0, ZS:27,4, T:1,6, F:38,4, CH:99,3, C:10,2, Ca:200,1	S:2,7, E:690,0, ZS:18,1, T:2,5, F:30,6, CH:92,3, C:5,0, Ca:45,7	S:4,1, E:754,0, ZS:22,4, T:2,4, F:33,4, CH:91,0, C:2,9, Ca:143,1	S:4,2, E:733,0, ZS:30,6, T:0,0, F:42,5, CH:62,5, C:2,4, Ca:31,4

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: szezámag
 F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid