

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2021.03.29.	<i>Kedd</i> 2021.03.30.	<i>Szerda</i> 2021.03.31.	<i>Csütörtök</i> 2021.04.01.	<i>Péntek</i> 2021.04.02.
<i>Ebéd</i>	-Meggyleves (L, G) -Rántott sajt (L, T, G) -Párolt rizs sárgaréppával -Tartármártás (T, M, L)	-Magyaros karalábéleves (G, Z) -Csicseriborsó főzelék (G, L) -Vagdalt pogácsa (G, T)	-Rántott leves (G) -Chilis bab -Teljes kiőrlésű kenyér (G, L, T) -Alma	-Hamis halászlé (G, T) -Pritaminos csirkeragu -Petrezselymes bulgur (G, O)	
	S:3,7, E:1 424,0, ZS:66,9, T:2,0, F:46,0, CH:145,8, C:15,4, Ca:667,5	S:3,8, E:622,0, ZS:28,5, T:2,6, F:28,5, CH:57,2, C:6,2, Ca:127,9	S:4,1, E:727,0, ZS:27,8, T:0,2, F:38,1, CH:67,8, C:5,9, Ca:48,8	S:3,8, E:703,0, ZS:16,3, T:0,2, F:42,9, CH:93,6, C:0,5, Ca:37,0	
<i>Összesen</i>	S:3,7, E:1 424,0, ZS:66,9, T:2,0, F:46,0, CH:145,8, C:15,4, Ca:667,5	S:3,8, E:622,0, ZS:28,5, T:2,6, F:28,5, CH:57,2, C:6,2, Ca:127,9	S:4,1, E:727,0, ZS:27,8, T:0,2, F:38,1, CH:67,8, C:5,9, Ca:48,8	S:3,8, E:703,0, ZS:16,3, T:0,2, F:42,9, CH:93,6, C:0,5, Ca:37,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0

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

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2021.04.05.	<i>Kedd</i> 2021.04.06.	<i>Szerda</i> 2021.04.07.	<i>Csütörtök</i> 2021.04.08.	<i>Péntek</i> 2021.04.09.
<i>Ebéd</i>		-Frankfurti leves (L, G) -Aranygaluska (G, L, D, T)	-Póréhagyma krémleves (G, L, T) -Rakott kelkáposzta (L) -Alma	-Csontleves tésztával (Z, G, T) -Tarhonyás hús sertésből (G, T) -Cékla savanyúság	-Magyaros karfiolleves (G, Z) -Tökfőzelék (G, L) -Sertéspörkölt
		S:1,6, E:1 162,0, ZS:63,6, T:7,2, F:35,0, CH:110,3, C:2,8, Ca:125,6	S:2,7, E:729,0, ZS:32,7, T:2,4, F:33,4, CH:57,8, C:1,2, Ca:185,1	S:3,5, E:758,0, ZS:16,8, T:0,0, F:31,9, CH:89,7, C:1,7, Ca:56,7	S:3,5, E:650,0, ZS:33,9, T:2,4, F:35,7, CH:50,7, C:2,6, Ca:133,2
<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:1,6, E:1 162,0, ZS:63,6, T:7,2, F:35,0, CH:110,3, C:2,8, Ca:125,6	S:2,7, E:729,0, ZS:32,7, T:2,4, F:33,4, CH:57,8, C:1,2, Ca:185,1	S:3,5, E:758,0, ZS:16,8, T:0,0, F:31,9, CH:89,7, C:1,7, Ca:56,7	S:3,5, E:650,0, ZS:33,9, T:2,4, F:35,7, CH:50,7, C:2,6, Ca:133,2

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