

ÉTLAP

2021.JANUÁR 25-31

KÖNNYŰ VEGYES ÉTREND	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	kenyér Szendvicskrém Tej Trapista sajt <i>Allergének:</i> glutén, Tej, zeller energia 457 kcal szénhidr.36,4g fehérje 31,2 g cukor 0 g zsír 24,8 g só 0 g	Kakaó Kalács kenyér Rama margarin <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, energia 555 kcal szénhidr.90,4g fehérje 21,1 g cukor 0g zsír 10,9 g só 0g	Citromos tea kenyér Rama margarin Sonka <i>Allergének:</i> glutén energia 253 kcal szénhidr.38,4 g fehérje 11,7 g cukor 0 g zsír 5,1 g só 0g	Kakaó kenyér Puffancs Rama margarin <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, energia 498 kcal szénhidr. 79,2g fehérje19,2 g cukor 0 g zsír 10,4 g só 0 g	Citromos tea Párizsi Rama margarin Sokmagvas rozskenyér <i>Allergének:</i> glutén energia 309 kcal szénhidr.41,1g fehérje 9,2 g cukor 0g zsír 11 g só 0g	Citromos tea kenyér Rama margarin Sonka <i>Allergének:</i> glutén energia 253 kcal szénhidr.38,4 g fehérje 11,7 g cukor 0g zsír 5,1 g só 0g	Citromos tea kenyér Rama margarin Tonhal konzerv <i>Allergének:</i> glutén energia 299 kcal szénhidr. 38,3g fehérje 17,3 g cukor 0g zsír 7,9 g só 0g
Ebéd	Csontleves Tésztabetét Burgonyafőzelék Sült csirke Alma <i>Allergének:</i> glutén, Tej, tojások, zeller energia 595 kcal szénhidr.54,6 g fehérje 21,8 g cukor 0 g zsír 29,1 g só 0 g	Zöldborsóleves Spagetti carbonara Mandarin <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej, tojások, zeller energia 950 kcal szénhidr. 100,5g fehérje 34 g cukor 0g zsír 41,2 g só 0g	Paradicsomleves Vagdalt Vajas burgonya Csemege uborka <i>Allergének:</i> glutén, szezámmag, Tej, tojások, zeller energia 959 kcal szénhidr. 115,1g fehérje 24,6 g cukor 0 g zsír 40,3 g só 0 g	Spárgakrémleves Sült csirke Párolt rizs Csemege uborka <i>Allergének:</i> glutén, Tej, tojások, zeller energia 838 kcal szénhidr.100,7 g fehérje 13,6 g cukor 0g zsír 40,2 g só 0g	Tárkonyos ragou leves Gránátos kocka Csemege uborka <i>Allergének:</i> glutén, Tej, tojások, zeller energia 1147 kcal szénhidr.88,8g fehérje 26,4 g cukor 0g zsír 68,7 g só 0 g	Tarhonyaleves Kerti vegyesfőzelék Natur szelet <i>Allergének:</i> glutén, Tej, zeller energia 793 kcal szénhidr. 71,7g fehérje 31,5 g cukor 0g zsír 38,7 g só 0g	Csontleves Tésztabetét Kukoricás rizs Rántott csirkemell <i>Allergének:</i> glutén, szezámmag, Tej, tojások, zeller energia 1516 kcal szénhidr. 126,3g fehérje 45,6 g cukor: 0g zsír 86,8 g só 0g
Vacsora	HAMÉ vagdalt Kenyér <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej energia 323 kcal szénhidr.48,6 g fehérje14,5 g cukor 0 g zsír 7 g só 0 g	Korpás kifli Rama margarin Téliszalámi <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej energia 316 kcal szénhidr.25,7g fehérje 12 g cukor0 g zsír 17,4 g só 0 g	Kenyér Rama margarin Trapista sajt Zöldpaprika <i>Allergének:</i> glutén, Tej energia 430 kcal szénhidr.49,7g fehérje21,4 g cukor0 g zsír 14,9 g só0 g	kenőmájás Korpás kifli <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej, zeller energia 327 kcal szénhidr. 25,8g fehérje14 g cukor 0 g zsír 17,7 g só 0 g	Sokmagvas rozskenyér Szendvicskrém Trapista sajt <i>Allergének:</i> glutén, Tej, zeller energia 471 kcal szénhidr.55,5g fehérje27,6 g cukor 0g zsír 19,6 g só 0g	Csemege szalámi Kenyér Rama margarin <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej energia 376 kcal szénhidr.48g fehérje14,8 g cukor 0g zsír 12,7 g só 0g	Kenőmájás Kenyér <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej, zeller energia 440 kcal szénhidr. 48,1g fehérje19,3 g cukor 0g zsír 17,6 g só 0g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!