

# ÉTLAP

2021.FEBRUÁR 22-28

KÖNNYŰ VEGYES ÉTREND	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Reggeli</b>	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	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	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	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	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	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	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
<b>Ebéd</b>	Csontleves Burgonyafőzelék Sajtós virsli  <i>Allergének:</i> glutén, Tej, tojások, zeller energia 720 kcal szénhidr.40,1 g fehérje 26,9 g cukor 0 g zsír 46,8 g	Zöldborsóleves Milánói makaróni Alma  <i>Allergének:</i> glutén, Tej, tojások, zeller energia 972 kcal szénhidr. 110,1g fehérje 37,1 g cukor 0g zsír 37,9 g	Paradicsomleves Párolt rizs Natur szelet Csemege uborka  <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 929 kcal szénhidr. 134,2g fehérje 28,1 g cukor 0 g zsír 28,4 g	Gyümölcsleves Sült csirke Vajas burgonya Csemege uborka  <i>Allergének:</i> glutén, Tej energia 697 kcal szénhidr.83,2 g fehérje 11,8 g cukor 0g zsír 31,2 g	Ujházy tyúkleves Gyümölcsrizs  <i>Allergének:</i> glutén, Tej, tojások, zeller energia 862 kcal szénhidr.160g fehérje 31,7 g cukor 0g zsír 7,9 g	Tarhonyaleves Kerti vegyesfőzelék Natur szelet Csokis keksz  <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szeszámag, szójabab, Tej, energia 793 kcal szénhidr. 71,7g fehérje 31,5 g cukor 0g zsír 38,7 g	Csontleves Kukoricás rizs Rántott csirkemell  <i>Allergének:</i> glutén, szeszámag, Tej, tojások, zeller energia 1516 kcal szénhidr. 126,3g fehérje 45,6 g cukor: 0g zsír 86,8 g
<b>Vacsora</b>	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	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	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	kenőmájas kv 0,06 Korpás kifli  <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej, zeller energia 327 kcal szénhidr. 25,8g fehérje14 g cukor 0 g zsír 17,7 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	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	Kenőmájas Kenyér  <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej, zeller energia 440 kcal szénhidr. 48,1g fehérje19,3 g cukor 0g zsír 17,6 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!