

ÉTLAP

2021.JÚNIUS 21-27

KÖNNYŰ VEGYES ÉTREND	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	<p>kenyér Rama margarin Szendvicskrém Tej Trapista sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, Tej, zeller</p> <p>energia 480 kcal szénhidr.36,4g fehérje 31,2 g cukor 0 g zsír 27,3 g</p>	<p>Kakaó Kalács kenyér Rama margarin</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén,</p> <p>energia 555 kcal szénhidr.90,4g fehérje 21,1 g cukor 0g zsír 10,9 g</p>	<p>Citromos tea kenyér Rama margarin Sonka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 253 kcal szénhidr.38,4 g fehérje 11,7 g cukor 0 g zsír 5,1 g</p>	<p>Kakaó kenyér Puffancs Rama margarin</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén,</p> <p>energia 498 kcal szénhidr. 79,2g fehérje19,2 g cukor 0 g zsír 10,4 g</p>	<p>Citromos tea Párizsi Sokmagvas rozskenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 262 kcal szénhidr.41,1g fehérje 7,9 g cukor 0g zsír 6,5 g</p>	<p>Citromos tea kenyér Rama margarin Sonka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 253 kcal szénhidr.38,4 g fehérje 11,7 g cukor 0g zsír 5,1 g</p>	<p>Citromos tea kenyér Rama margarin Zalai felvágott</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej, zeller</p> <p>energia 282 kcal szénhidr. 38,4g fehérje 9,6 g cukor 0g zsír 9 g</p>
Ebéd	<p>Köménymag leves Paradicsomos káposzta Vírli</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, zeller</p> <p>energia 789 kcal szénhidr.71,4 g fehérje 18,5 g cukor 0 g zsír 45,3 g</p>	<p>Reszelt tésztaleves Eszterházy tokány Spagetti</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, Tej, zeller</p> <p>energia 961 kcal szénhidr. 89,4g fehérje 38,2 g cukor 0g zsír 47,1 g</p>	<p>Rizi-bizi Sült csirke Csemege uborka Krémtúró</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, Tej</p> <p>energia 829 kcal szénhidr. 93,4g fehérje 29,4 g cukor 0 g zsír 36,5 g</p>	<p>Gombaleves Natur szelet Vajas burgonya Csemege uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, Tej, tojások, zeller</p> <p>energia 825 kcal szénhidr.78,5 g fehérje 28,6 g cukor 0g zsír 38 g</p>	<p>Csirkeragu leves Császármorzsa Alma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szezám, szójabab, Tej, tojások, zeller</p> <p>energia 1101 kcal szénhidr.167,5g fehérje 33,2 g cukor 0g zsír 29,4 g</p>	<p>Lebbencsleves Thomas Zöldbab főzelék Dörmi maci</p> <p><i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezám, szójabab, Tej,</p> <p>energia 813 kcal szénhidr. 69,5g fehérje 26,7 g cukor 0g zsír 41,7 g</p>	<p>Csontleves Sült csirke Burgonya püré Csemege uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, Tej, tojások, zeller</p> <p>energia 466 kcal szénhidr. 65,7g fehérje 15,3 g cukor: 0g zsír 13,6 g</p>
Vacsora	<p>HAMÉ vagdalt Kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej</p> <p>energia 323 kcal szénhidr.48,6 g fehérje14,5 g cukor 0 g zsír 7 g</p>	<p>Csemege szalámi Korpás kifli Rama margarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej</p> <p>energia 316 kcal szénhidr.25,7g fehérje 12 g cukor0 g zsír 17,4 g</p>	<p>Kenyér Trapista sajt Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, Tej</p> <p>energia 406 kcal szénhidr.49,7g fehérje21,4 g cukor0 g zsír 12,4 g</p>	<p>Kenőmájás Korpás kifli</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej, zeller</p> <p>energia 327 kcal szénhidr. 25,8g fehérje14 g cukor 0 g zsír 17,7 g</p>	<p>Sokmagvas rozskenyér Szendvicskrém Trapista sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, Tej, zeller</p> <p>energia 471 kcal szénhidr.55,5g fehérje27,6 g cukor 0g zsír 19,6 g</p>	<p>Csemege szalámi Kenyér Rama margarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej</p> <p>energia 376 kcal szénhidr.48g fehérje14,8 g cukor 0g zsír 12,7 g</p>	<p>Kenőmájás Kenyér</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej, zeller</p> <p>energia 440 kcal szénhidr. 48,1g fehérje19,3 g cukor 0g zsír 17,6 g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!