

ÉTLAP

2021.JÚLIUS 5-11

KÖNNYŰ VEGYES ÉTREND	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	kenyér Rama margarin Szendvicskrém Tej Trapista sajt <i>Allergének:</i> glutén, Tej, zeller energia 480 kcal szénhidr.36,4g fehérje 31,2 g cukor 0 g zsír 27,3 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 237 kcal szénhidr.38,3 g fehérje 9,5 g cukor 0 g zsír 4,4 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 285 kcal szénhidr.41,1g fehérje 7,9 g cukor 0g zsír 9 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 Zalai felvágott <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej, zeller energia 282 kcal szénhidr. 38,4g fehérje 9,6 g cukor 0g zsír 9 g
Ebéd	Reszelt tésztaleves Kelkáposzta főzelék Vagdalt <i>Allergének:</i> glutén, szezám, tojások, zeller energia 934 kcal szénhidr.72,4 g fehérje 35,2 g cukor 0 g zsír 51,7 g	Zellerleves Bácskai rizseshús Csemege uborka <i>Allergének:</i> glutén, Tej, zeller energia 862 kcal szénhidr. 101,2g fehérje 21,8 g cukor 0g zsír 33,8 g	Rántott csirkemell Eisberg saláta (ecetes dresszingszel) Kuszkusz Krémputing csokis <i>Allergének:</i> glutén, Tej, zeller energia 1040 kcal szénhidr. 112,8g fehérje 13,7 g cukor 0 g zsír 55,9 g	Karfiollevés Csirkepörkölt Tésztaköret szarvacska Uborka saláta <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 933 kcal szénhidr.117,4 g fehérje 24,3 g cukor 0g zsír 31,6 g	Sertésragu leves Bukta <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezám, szójabab, Tej, energia 394 kcal szénhidr.25,1g fehérje 13,7 g cukor 0g zsír 22,1 g	Tavaszi leves Parajfőzelék Főtt burgonya Főtt tojás Tejszelet <i>Allergének:</i> glutén, Tej, tojások, zeller energia 914 kcal szénhidr. 83g fehérje 30,2 g cukor 0g zsír 47,7 g	Csontleves Daragaluska Rizi-bizi Sonkás sajtos pulykamell <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, Tej, tojások, zeller energia 1007 kcal szénhidr. 81,8g fehérje 54,4 g cukor: 0g zsír 47,8 g
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	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 Trapista sajt Zöldpaprika <i>Allergének:</i> glutén, Tej energia 406 kcal szénhidr.49,7g fehérje21,4 g cukor0 g zsír 12,4 g	kenőmájás 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	Kenőmájás 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!