

ÉTLAP

2021.SZEPTEMBER 13-19

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 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 Sokmagvas rozskenyér <i>Allergének:</i> glutén energia 262 kcal szénhidr.41,1g fehérje 7,9 g cukor 0g zsír 6,5 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	Burgonyaleves Tököfőzelék Vagdalt Csokoládé <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójabab, Tej, energia 1021 kcal szénhidr.104,7 g fehérje 25,8 g cukor 0 g zsír 48,6 g	Tavaszi leves Tarhonyás hús Csemege uborka <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 949 kcal szénhidr. 86,4g fehérje 34,3 g cukor 0g zsír 45,4 g	Őszibarack ivólé Petrezselymes burgonya sertés karaj sonkás raguval Uborka saláta <i>Allergének:</i> glutén, zeller energia 886 kcal szénhidr. 99,7g fehérje 37,8 g cukor 0 g zsír 31,3 g	Zellerleves Mustáros cs comb Párolt rizs Kovászos uborka <i>Allergének:</i> glutén, mustár, Tej, tojások, zeller energia 844 kcal szénhidr.106,6 g fehérje 17,1 g cukor 0g zsír 36,2 g	Gulyásleves Gyümölcsös rizs Alma <i>Allergének:</i> glutén, Tej, tojások, zeller energia 761 kcal szénhidr.92,2g fehérje 21,4 g cukor 0g zsír 27,7 g	Kertészné leves Sóskamártás Főtt burgonya Thomas Dörmi maci <i>Allergének:</i> diófélék, földimogyoró, glutén, szezámmag, szójabab, Tej, energia 1057 kcal szénhidr. 107,7g fehérje 28,2 g cukor 0g zsír 52,8 g	Csontleves Finommetélt Párolt vegyes köret Rántott szelet <i>Allergének:</i> glutén, szezámmag, szójabab, Tej, tojások, zeller energia 1256 kcal szénhidr. 80,4g fehérje 36 g cukor 0g zsír 84,9 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	Csemege szalámi Korpás kifli Rama margarin <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 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!