



Heti étlap 2021.10.18. - 2021.10.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00001) Felnőtt	Karalábéleves, Rakott zöldbab			Karfiolleves, Burgonyafőzelék, Bélszínroló/sertés/, Félbarna kenyér			Húsleves cérnametétellel, Mézes mustáros csirke, Bulgur			Tárkonyos húsgombóc leves/csirke/, Gránátos kocka, Savanyúság			BrokkolikréMLEVES, Levesgyöngy, Köményes sertéssült, Zöldséges rizs, Uborkasaláta		
		Energia: 402,28 Kcal / 1 681,53 KJ			Energia: 488,07 Kcal / 2 040,13 KJ			Energia: 474,74 Kcal / 1 984,41 KJ			Energia: 204,43 Kcal / 854,52 KJ			Energia: 723,46 Kcal / 3 024,06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		22,79 g	43,05 g	14,93 g	27,31 g	15,79 g	5,05 g	32,30 g	12,04 g	1,64 g	31,46 g	17,77 g	4,68 g	26,66 g	27,82 g	5,80 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	38,45 g	4,08 g	3,23 g	94,75 g	3,22 g	5,47 g	100,33 g	11,87 g	6,32 g	100,83 g	1,27 g	3,68 g	91,53 g	6,77 g	4,52 g	
	1,3,7			1,3,6,7			1,3,10,(6),(7),(12)			1,3,7,(6),(12)			1,3,7,(9)			
	(00009) Idősek +Vendég étkezők	Karalábéleves, Rakott zöldbab			Karfiolleves, Burgonyafőzelék, Fasírt (csirkéből), Félbarna kenyér			Húsleves cérnametétellel, Mézes mustáros csirke, Bulgur			Tárkonyos húsgombóc leves/csirke/, Gránátos kocka, Savanyúság			BrokkolikréMLEVES, Levesgyöngy, Köményes sertéssült, Zöldséges rizs, Uborkasaláta		
		Energia: 402,28 Kcal / 1 681,53 KJ			Energia: 402,93 Kcal / 1 684,25 KJ			Energia: 474,74 Kcal / 1 984,41 KJ			Energia: 204,43 Kcal / 854,52 KJ			Energia: 723,46 Kcal / 3 024,06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
22,79 g		43,05 g	14,93 g	34,98 g	17,68 g	4,47 g	32,30 g	12,04 g	1,64 g	31,46 g	17,77 g	4,68 g	26,66 g	27,82 g	5,80 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
38,45 g	4,08 g	3,23 g	95,17 g	0,02 g	4,50 g	100,33 g	11,87 g	6,32 g	100,83 g	1,27 g	3,68 g	91,53 g	6,77 g	4,52 g		
1,3,7			1,3,7,(6)			1,3,10,(6),(7),(12)			1,3,7,(6),(12)			1,3,7,(9)				

Allergén összetevők zárójelben az étel mögött feltüntetve.

Valamennyi allergén nyomokban előfordulhat ételeinkben.

1=glutén; 2=rák; 3=tojás; 4=hal; 5=földimogyoró; 6=szója; 7=tejtermék,laktóz; 8=diófélék; 9=zeller;

10=mustár; 11=szezám; 12=kéndioxid,szulfid; 13=csillagfürt; 14=puhatestűek; 15=mesterséges

édesítőszer; 16=édesgyökér (0)=Az adott allergén előfordulhat

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk.

Jó étvágyat kívánunk!

Herdlicska Lászlóné
Élelmezésvezető

Hamala Katalin
Igazgató

