



Heti étlap 2021.10.11. - 2021.10.15.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00001) Felnőtt	Kertészleves, Paradicsomos káposzta, Sült virsli, Félbarna kenyér, Piskótaszelet			Babgulyás/sertés/ Sajtos-tejfölös makaróni			Zöldborsóleves, Bakonyi halfilé, Kuskusz			Daragaluska leves, Parajfőzelék, Főtt tojás (egész), Félbarna kenyér			Fahéjas szilvaleves, Csirkemájás rizottó, Savanyúság		
		Energia: 799,63 Kcal / 3 342,45 KJ			Energia: 408,52 Kcal / 1 707,61 KJ			Energia: 771,40 Kcal / 3 224,45 KJ			Energia: 413,64 Kcal / 1 729,02 KJ			Energia: 795,70 Kcal / 3 326,03 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		38,80 g	64,82 g	14,22 g	41,09 g	43,71 g	18,30 g	38,23 g	13,09 g	3,77 g	24,65 g	11,83 g	2,87 g	35,60 g	24,90 g	7,09 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	133,27 g	24,31 g	8,58 g	87,55 g	0,00 g	3,92 g	125,59 g	47,22 g	2,69 g	59,40 g	0,96 g	4,07 g	112,65 g	25,57 g	2,17 g	
	1,3,6,7,(5),(8),(10)			1,3,7,9			1,3,4,7			1,3,7,9,(6)			1,7,10			
	(00009) Idősek +Vendég étkezők	Kertészleves, Paradicsomos káposzta, Sült virsli, Félbarna kenyér, Piskótaszelet			Babgulyás/sertés/ Túrós csusza			Zöldborsóleves, Bakonyi halfilé, Galuska			Daragaluska leves, Parajfőzelék, Főtt tojás (egész), Félbarna kenyér			Fahéjas szilvaleves, Csirkemájás rizottó, Savanyúság		
		Energia: 799,63 Kcal / 3 342,45 KJ			Energia: 644,13 Kcal / 2 692,46 KJ			Energia: 661,26 Kcal / 2 764,07 KJ			Energia: 413,64 Kcal / 1 729,02 KJ			Energia: 795,70 Kcal / 3 326,03 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
38,80 g		64,82 g	14,22 g	45,65 g	41,04 g	15,19 g	53,40 g	14,51 g	3,71 g	24,65 g	11,83 g	2,87 g	35,60 g	24,90 g	7,09 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
133,27 g	24,31 g	8,58 g	84,96 g	0,00 g	5,28 g	137,16 g	0,02 g	2,43 g	59,40 g	0,96 g	4,07 g	112,65 g	25,57 g	2,17 g		
1,3,6,7,(5),(8),(10)			1,3,7,9			1,3,4,7			1,3,7,9,(6)			1,7,10				

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

