

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNŐTT "A"  
Dátum: 2024/04/22

Hétfő 2024/04/22	Kedd 2024/04/23	Szerda 2024/04/24	Csütörtök 2024/04/25	Péntek 2024/04/26
<b>Sertés raguleves</b> 130 kcal 518 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	<b>Karfiol leves</b> 190 kcal 767 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	<b>Paradicsom leves</b> 394 kcal 1.621 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	<b>Daragaluska leves</b> 116 kcal 416 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	<b>Tojásleves</b> 284 kcal 1.135 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,
<b>Kenyér és ásványvíz</b> 263 kcal 1.100 kJ A:Glutén, Szójabab,	<b>Sült tarja</b> 481 kcal 2.010 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	<b>Rizibizi</b> 388 kcal 1.624 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	<b>Bakonyi sertés szelet</b> 529 kcal 2.213 kJ A:Glutén, Tej,	<b>Tarhonya köret</b> 607 kcal 2.537 kJ A:Glutén,
<b>Darás metélt</b> 814 kcal 3.406 kJ A:Glutén,	<b>Burgonyapüré</b> 339 kcal 1.418 kJ	<b>Fejeskáposzta saláta</b> 150 kcal 626 kJ	<b>Galuska</b> 504 kcal 2.109 kJ A:Glutén, Tojás,	<b>Kenyér és ásványvíz</b> 263 kcal 1.100 kJ A:Glutén, Szójabab,
	<b>Vegyes savanyúság (édesítőszerrel)</b> 13 kcal 53 kJ	<b>Kenyér és ásványvíz</b> 263 kcal 1.100 kJ A:Glutén, Szójabab,	<b>Kenyér és ásványvíz</b> 158 kcal 660 kJ A:Glutén, Szójabab,	<b>Lecsós sertéstokány</b> 462 kcal 1.934 kJ A:Glutén,
	<b>Kenyér és ásványvíz</b> 263 kcal 1.100 kJ A:Glutén, Szójabab,	<b>Óvári sertés szelet</b> 498 kcal 2.084 kJ A:Tej,		

Kalória:	1.207,42 kcal	Kalória:	1.284,72kcal	Kalória:	1.693,51kcal	Kalória:	1.306,94kcal	Kalória:	1.616,11kcal
Energia:	5.023,30 kJ	Energia:	5.346,57kJ	Energia:	7.056,06 kJ	Energia:	5.397,86kJ	Energia:	6.706,13 kJ
Zsír::	19,4112 g	Zsír::	47,3180 g	Zsír::	56,4119 g	Zsír::	46,7485 g	Zsír::	72,0087 g
Fehérje:	36,4855 g	Fehérje:	53,8880 g	Fehérje:	66,1776 g	Fehérje:	48,6518 g	Fehérje:	55,2263 g
Szénhidrát:	218,4866 g	Szénhidrát:	146,8160 g	Szénhidrát:	222,2680 g	Szénhidrát:	145,4168 g	Szénhidrát:	182,3702 g
Só:	9,4989 g	Só:	11,1368 g	Só:	12,5884 g	Só:	12,5947 g	Só:	10,9116 g
Cukor:	70,7620 g	Cukor:	21,9470 g	Cukor:	92,6160 g	Cukor:	7,9248 g	Cukor:	29,3610 g
Tel.zsírsvav:	3,0430 g	Tel.zsírsvav:	9,4760 g	Tel.zsírsvav:	19,3631 g	Tel.zsírsvav:	12,6430 g	Tel.zsírsvav:	7,0580 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT "B"  
Dátum: 2024/04/22

**Hétfő**  
**2024/04/22**

**Kedd**  
**2024/04/23**

**Szerda**  
**2024/04/24**

**Csütörtök**  
**2024/04/25**

**Péntek**  
**2024/04/26**

**Sertés raguleves**  
130 kcal 518 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Karfiol leves**  
190 kcal 767 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Paradicsom leves**  
394 kcal 1.621 kJ  
A:Glutén, Tojás, Zeller,

**Daragaluska leves**  
116 kcal 416 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Tojásleves**  
284 kcal 1.135 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Túrós sztrapacska**  
918 kcal 3.838 kJ  
A:Glutén, Tej,

**Bulgur**  
446 kcal 1.867 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Rakott kelkáposzta**  
638 kcal 2.666 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Brassói aprópecsenye**  
768 kcal 3.213 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Csirkés rakott zöldség**  
629 kcal 2.631 kJ  
A:Tojás, Tej,

**Kenyér és ásványvíz**  
263 kcal 1.100 kJ  
A:Glutén, Szójabab,

**Kenyér és ásványvíz**  
263 kcal 1.100 kJ  
A:Glutén, Szójabab,

**Kenyér és ásványvíz**  
263 kcal 1.100 kJ  
A:Glutén, Szójabab,

**Csemege uborka (édesszószerrel)**  
10 kcal 41 kJ  
A:Mustár,

**Kenyér és ásványvíz**  
263 kcal 1.100 kJ  
A:Glutén, Szójabab,

**Mexikói csirkeragu**  
198 kcal 828 kJ  
A:Glutén,

**Kenyér és ásványvíz**  
158 kcal 660 kJ  
A:Glutén, Szójabab,

Kalória: 1.310,84 kcal  
Energia: 5.455,79 kJ  
Zsír:: 41,9312 g  
Fehérje: 53,3575 g  
Szénhidrát: 175,7386 g  
Só: 6,4099 g  
Cukor: 5,0680 g  
Tel.zsírsvav: 7,8830 g

Kalória: 1.097,14kcal  
Energia: 4.562,12kJ  
Zsír:: 33,0370 g  
Fehérje: 48,0590 g  
Szénhidrát: 148,7060 g  
Só: 9,8308 g  
Cukor: 13,5520 g  
Tel.zsírsvav: 5,4010 g

Kalória: 1.294,47kcal  
Energia: 5.387,34 kJ  
Zsír:: 46,2970 g  
Fehérje: 49,7330 g  
Szénhidrát: 164,7160 g  
Só: 5,8266 g  
Cukor: 63,2890 g  
Tel.zsírsvav: 11,4185 g

Kalória: 1.051,52kcal  
Energia: 4.329,61kJ  
Zsír:: 46,0098 g  
Fehérje: 39,3133 g  
Szénhidrát: 110,6505 g  
Só: 7,1093 g  
Cukor: 13,0348 g  
Tel.zsírsvav: 6,8270 g

Kalória: 1.175,99kcal  
Energia: 4.865,57 kJ  
Zsír:: 71,2547 g  
Fehérje: 48,5117 g  
Szénhidrát: 95,7328 g  
Só: 5,9286 g  
Cukor: 9,9380 g  
Tel.zsírsvav: 21,1670 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNŐTT "C"  
Dátum: 2024/04/22

**Hétfő**  
**2024/04/22**

**Kedd**  
**2024/04/23**

**Szerda**  
**2024/04/24**

**Csütörtök**  
**2024/04/25**

**Péntek**  
**2024/04/26**

**Karfiol leves**  
190 kcal 767 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Kenyér és ásványvíz**  
263 kcal 1.100 kJ  
A:Glutén, Szójabab,

**Zöldséges kölessel töltött paprika**  
461 kcal 1.928 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Paradicsom leves**  
394 kcal 1.621 kJ  
A:Glutén, Tojás, Zeller,

**Csoben sült kelbimbó**  
488 kcal 2.040 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Kenyér és ásványvíz**  
263 kcal 1.100 kJ  
A:Glutén, Szójabab,

**Daragaluska leves**  
116 kcal 416 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Zöldséges brassói**  
631 kcal 2.639 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Kenyér és ásványvíz**  
158 kcal 660 kJ  
A:Glutén, Szójabab,

**Csemege uborka (édesítőszerrel)**  
10 kcal 41 kJ  
A:Mustár,

**Tojásleves**  
284 kcal 1.135 kJ  
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

**Rántott sajt**  
668 kcal 2.795 kJ  
A:Glutén, Tej,

**Tartármártás**  
503 kcal 2.103 kJ  
A:Tojás, Tej, Mustár,

**Kenyér és ásványvíz**  
263 kcal 1.100 kJ  
A:Glutén, Szójabab,

**Kukoricás rizs**  
628 kcal 2.625 kJ

Kalória:	Kalória:	913,66kcal	Kalória:	1.144,77kcal	Kalória:	914,29kcal	Kalória:	2.345,87kcal
Energia:	Energia:	3.794,83kJ	Energia:	4.761,29 kJ	Energia:	3.755,73kJ	Energia:	9.757,92 kJ
Zsír::	Zsír::	19,9900 g	Zsír::	32,9590 g	Zsír::	40,7328 g	Zsír::	159,4121 g
Fehérje:	Fehérje:	28,3810 g	Fehérje:	37,6574 g	Fehérje:	27,6603 g	Fehérje:	44,3589 g
Szénhidrát:	Szénhidrát:	149,5160 g	Szénhidrát:	164,1376 g	Szénhidrát:	105,6105 g	Szénhidrát:	177,3260 g
Só:	Só:	7,0178 g	Só:	6,0266 g	Só:	5,4770 g	Só:	12,3416 g
Cukor:	Cukor:	10,6470 g	Cukor:	71,0530 g	Cukor:	11,0848 g	Cukor:	26,6040 g
Tel.zsírsvav:	Tel.zsírsvav:	3,8760 g	Tel.zsírsvav:	12,0865 g	Tel.zsírsvav:	4,9520 g	Tel.zsírsvav:	24,9120 g