

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNŐTT "A"  
Dátum: 2022/08/01

Hétfő 2022/08/01	Kedd 2022/08/02	Szerda 2022/08/03	Csütörtök 2022/08/04	Péntek 2022/08/05
<b>Zöldségkrém leves</b> 154 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Szójabab, Diófélék, Szezám, Szezám, 644 kJ	<b>Csontleves</b> 143 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 584 kJ	<b>Lebbencs leves</b> 207 kcal A:Glutén, Tojás, 862 kJ	<b>Zöldség leves</b> 134 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 548 kJ	<b>Daragaluska leves</b> 174 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 729 kJ
<b>Rántott sertészelet</b> 462 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 1.930 kJ	<b>Gránátos kocka</b> 612 kcal A:Glutén, Tojás, 2.559 kJ	<b>Sült sertés</b> 196 kcal 820 kJ	<b>Rántott sertésmáj</b> 442 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 1.848 kJ	<b>Töltött paprika</b> 583 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 2.439 kJ
<b>Rizibizi</b> 286 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.196 kJ	<b>Kenyér és ásványvíz</b> 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	<b>Egresmártás</b> 229 kcal A:Glutén, Tej, 959 kJ	<b>Sült burgonya</b> 568 kcal 2.376 kJ	<b>Kenyér és ásványvíz</b> 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ
<b>Uborka saláta</b> 50 kcal 210 kJ		<b>Sajtos rúd</b> 202 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Szójabab, 845 kJ	<b>Fejes saláta</b> 80 kcal 333 kJ	
<b>Kenyér és ásványvíz</b> 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ		<b>Kenyér és ásványvíz</b> 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	<b>Kenyér és ásványvíz</b> 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	

Kalória: 1.230,37 kcal  
Energia: 5.145,26 kJ  
Zsír: 47,7738 g  
Fehérje: 46,6958 g  
Szénhidrát: 154,8921 g  
Só: 4,4258 g  
Cukor: 42,2480 g  
Tel.zsírsv: 6,4800 g

Kalória: 1.033,13kcal  
Energia: 4.307,94kJ  
Zsír: 17,0924 g  
Fehérje: 32,2660 g  
Szénhidrát: 172,7144 g  
Só: 2,9297 g  
Cukor: 33,6430 g  
Tel.zsírsv: 2,3345 g

Kalória: 1.113,39kcal  
Energia: 4.650,54 kJ  
Zsír: 39,8114 g  
Fehérje: 42,7133 g  
Szénhidrát: 123,4139 g  
Só: 3,9213 g  
Cukor: 60,8725 g  
Tel.zsírsv: 9,5181 g

Kalória: 1.502,34kcal  
Energia: 6.270,15kJ  
Zsír: 69,1043 g  
Fehérje: 50,4885 g  
Szénhidrát: 154,9824 g  
Só: 3,7758 g  
Cukor: 41,9485 g  
Tel.zsírsv: 6,6494 g

Kalória: 1.036,13kcal  
Energia: 4.332,99 kJ  
Zsír: 38,5060 g  
Fehérje: 35,2304 g  
Szénhidrát: 115,0956 g  
Só: 3,3313 g  
Cukor: 50,0340 g  
Tel.zsírsv: 2,5530 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNŐTT "B"  
Dátum: 2022/08/01

Hétfő 2022/08/01	Kedd 2022/08/02	Szerda 2022/08/03	Csütörtök 2022/08/04	Péntek 2022/08/05
<b>Csontleves</b>  143 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 584 kJ	<b>Lebbencs leves</b>  207 kcal A:Glutén, Tojás, 862 kJ	<b>Zöldség leves</b>  134 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 548 kJ	<b>Daragaluska leves</b>  174 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 729 kJ	
<b>Kenyér és ásványvíz</b>  279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	<b>Rántott sajt</b>  344 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Szezám, Szezám, 1.440 kJ	<b>Vaddisznó pörkölt</b>  168 kcal 702 kJ	<b>Kenyér és ásványvíz</b>  279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	
<b>Milánói makaróni</b>  566 kcal A:Glutén, Tej, Szójabab, 2.368 kJ	<b>Rizs köret</b>  289 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.209 kJ	<b>Galuska</b>  313 kcal A:Glutén, Tojás, 1.310 kJ	<b>Csoben sült karfiol</b>  499 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 2.088 kJ	
	<b>Kenyér és ásványvíz</b>  279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	<b>Fejes saláta</b>  80 kcal 333 kJ		
	<b>Sajtos rúd</b>  202 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Szójabab, 845 kJ	<b>Kenyér és ásványvíz</b>  279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ		

Kalória:	Kalória:	987,34kcal	Kalória:	1.321,33kcal	Kalória:	973,48kcal	Kalória:	952,19kcal
Energia:	Energia:	4.116,34kJ	Energia:	5.520,46 kJ	Energia:	4.058,36kJ	Energia:	3.981,98 kJ
Zsír:	Zsír:	26,1022 g	Zsír:	50,4069 g	Zsír:	28,5937 g	Zsír:	37,9790 g
Fehérje:	Fehérje:	43,2291 g	Fehérje:	41,9986 g	Fehérje:	47,5381 g	Fehérje:	37,3226 g
Szénhidrát:	Szénhidrát:	142,3591 g	Szénhidrát:	198,5311 g	Szénhidrát:	162,9709 g	Szénhidrát:	111,3764 g
Só:	Só:	4,0445 g	Só:	4,4427 g	Só:	5,3428 g	Só:	3,3453 g
Cukor:	Cukor:	36,3924 g	Cukor:	30,6963 g	Cukor:	38,3965 g	Cukor:	39,8500 g
Tel.zsírsv:	Tel.zsírsv:	6,1003 g	Tel.zsírsv:	18,5816 g	Tel.zsírsv:	5,5614 g	Tel.zsírsv:	13,3330 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNŐTT "C"  
Dátum: 2022/08/01

**Hétfő**  
**2022/08/01**

**Kedd**  
**2022/08/02**

**Szerda**  
**2022/08/03**

**Csütörtök**  
**2022/08/04**

**Péntek**  
**2022/08/05**

<b>Zöldség leves</b>  134 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 548 kJ
<b>Tojásos galuska</b>  692 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 2.892 kJ
<b>Fejes saláta</b>  80 kcal 333 kJ
<b>Kenyér és ásványvíz</b>  279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ

Kalória:  
Energia:  
Zsír::  
Fehérje:  
Szénhidrát:  
Só:  
Cukor:  
Tel.zsírsvav:  
www.tandofer.hu

Kalória:  
Energia:  
Zsír::  
Fehérje:  
Szénhidrát:  
Só:  
Cukor:  
Tel.zsírsvav:

Kalória:  
Energia:  
Zsír::  
Fehérje:  
Szénhidrát:  
Só:  
Cukor:  
Tel.zsírsvav:

Kalória: 1.183,99kcal  
Energia: 4.938,85kJ  
Zsír:: 31,4047 g  
Fehérje: 34,7812 g  
Szénhidrát: 165,1449 g  
Só: 4,2058 g  
Cukor: 41,1185 g  
Tel.zsírsvav: 2,4794 g

Kalória:  
Energia:  
Zsír::  
Fehérje:  
Szénhidrát:  
Só:  
Cukor:  
Tel.zsírsvav: