

Étlap

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2024.04.22.	<i>Kedd</i> 2024.04.23.	<i>Szerda</i> 2024.04.24.	<i>Csütörtök</i> 2024.04.25.	<i>Péntek</i> 2024.04.26.
<i>Ebéd</i>	-Lebbencsleves (G, T) -Fasírt (T) -Paradicsomos káposztafőzelék (G) E:512,0, ZS:11,7, T:0,0, F:16,9, CH:81,6, C:2,4	-Gulyásleves (Z) -Túrós csusza tepertővel tejfőllel (L) E:324,0, ZS:17,4, T:1,5, F:20,3, CH:20,2, C:2,2	-Karfiol leves (L, G) -Sült csirkecomb -Burgonyapüré (L) -Narancs (L) E:770,0, ZS:29,9, T:4,0, F:42,1, CH:79,3, C:5,2	-szilva leves -Párizsi sertésszelet (T, G, L) -Párolt rizs E:1 300,0, ZS:16,1, T:0,9, F:45,5, CH:227,7, C:0,0	-Frankfurti leves (L, G) -lekváros bukta (G) E:570,0, ZS:43,5, T:2,4, F:18,9, CH:22,0, C:0,9
<i>Összesen</i>	E:512,0, ZS:11,7, T:0,0, F:16,9, CH:81,6, C:2,4	E:324,0, ZS:17,4, T:1,5, F:20,3, CH:20,2, C:2,2	E:770,0, ZS:29,9, T:4,0, F:42,1, CH:79,3, C:5,2	E:1 300,0, ZS:16,1, T:0,9, F:45,5, CH:227,7, C:0,0	E:570,0, ZS:43,5, T:2,4, F:18,9, CH:22,0, C:0,9



Jelmagyarázat:

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
C: cukor (g)
E: energia (kcal)
T: telített zsírsav (g)
CH: szénhidrát (g)
Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró

Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója

D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezám
K: szulfitok, kéndioxid

C: csillagfűrt
P: puhatestűek