

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2025.01.13.	<i>Kedd</i> 2025.01.14.	<i>Szerda</i> 2025.01.15.	<i>Csütörtök</i> 2025.01.16.	<i>Péntek</i> 2025.01.17.
<i>Ebéd</i>	-Lebbencs leves (G, L, T, Z, M) -Paradicsomos húsgombóc (T, O, G) -Fehér kenyér (G)	-Sertés becsinált leves (L, G, Z, T, M) -Túrós lepény (G, L, T) -Teljes kiőrlésű kenyér (G)	-Kertészleves (Z, G, L, T, M) -Bakonyi pulykaapró (G, L) -Párolt rizs -Fehér kenyér (G)	-Köménymagosleves (G, L, T, Z, M) -Töltött sertésszelet (T) -Burgonyapüré (L) -Teljes kiőrlésű kenyér (G)	-Karalábé leves (G, L, T, Z, M) -Csirkepörkölt -Szarvacska tészta (G, T) -Fehér kenyér (G)
	S:3,8, E:878,0, ZS:43,7, T:2,0, F:23,8, CH:115,7, C:5,1, Ca:48,1	S:4,1, E:887,0, ZS:27,7, T:9,9, F:43,3, CH:127,6, C:9,5, Ca:91,2	S:4,8, E:872,0, ZS:29,0, T:4,0, F:32,5, CH:118,3, C:4,1, Ca:58,6	S:4,0, E:801,0, ZS:45,1, T:9,4, F:30,5, CH:92,3, C:5,5, Ca:36,2	S:3,7, E:877,0, ZS:27,4, T:7,3, F:43,4, CH:112,8, C:3,9, Ca:68,0
<i>Összesen</i>	S:3,8, E:878,0, ZS:43,7, T:2,0, F:23,8, CH:115,7, C:5,1, Ca:48,1	S:4,1, E:887,0, ZS:27,7, T:9,9, F:43,3, CH:127,6, C:9,5, Ca:91,2	S:4,8, E:872,0, ZS:29,0, T:4,0, F:32,5, CH:118,3, C:4,1, Ca:58,6	S:4,0, E:801,0, ZS:45,1, T:9,4, F:30,5, CH:92,3, C:5,5, Ca:36,2	S:3,7, E:877,0, ZS:27,4, T:7,3, F:43,4, CH:112,8, C:3,9, Ca:68,0

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk !

Jó étvágyat !

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal) G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia C: csillagfűrt
 ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g) L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
 F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g) T: tojás, fehérje H: halak S: szezám-mag
 C: cukor (g) Ca: kalcium (mg) F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kéndioxid

Timárné Pintér Aranka