

Étlap

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2026.05.11.	<i>Kedd</i> 2026.05.12.	<i>Szerda</i> 2026.05.13.	<i>Csütörtök</i> 2026.05.14.	<i>Péntek</i> 2026.05.15.
<i>Ebéd</i>	-Csontleves (Z) -Cérnametélt (G, T) -Fejtőbabfőzelék (L, G) -Fokhagymás sertés sült -Búzakenyér (G)	-Csirkehúsleves (Z) -Csigatészta, levesbetét (G, T) -Panírozott sajt (G, L) -Kukoricás rizs	-Karalábé leves (Z) -Kiskocka tészta (G, T) -Paprikás csirke -Főtt tészta /rövid cső/ (G, T) -Vegyesvágott /édesítővel/ (K)	-Tarhonya leves (G, T) -Paradicsomos gombóc (T, G) -Búzakenyér (G)	-Palócgulyás (G, Z, L) -Búzakenyér (G) -Grízes tészta (G, T)
	S:2,6, E:994,0, ZS:35,4, T:6,2, F:43,0, CH:97,6, C:5,1, Ca:94,0	S:2,4, E:1 076,0, ZS:58,3, T:12,1, F:40,6, CH:80,4, C:5,5, Ca:622,7	S:1,8, E:784,0, ZS:27,1, T:2,0, F:48,7, CH:83,2, C:5,3, Ca:48,4	S:2,0, E:1 004,0, ZS:33,9, T:2,9, F:32,2, CH:118,7, C:0,9, Ca:33,1	S:2,3, E:1 205,0, ZS:36,9, T:5,6, F:38,6, CH:160,4, C:4,4, Ca:40,3
<i>Összesen</i>	S:2,6, E:994,0, ZS:35,4, T:6,2, F:43,0, CH:97,6, C:5,1, Ca:94,0	S:2,4, E:1 076,0, ZS:58,3, T:12,1, F:40,6, CH:80,4, C:5,5, Ca:622,7	S:1,8, E:784,0, ZS:27,1, T:2,0, F:48,7, CH:83,2, C:5,3, Ca:48,4	S:2,0, E:1 004,0, ZS:33,9, T:2,9, F:32,2, CH:118,7, C:0,9, Ca:33,1	S:2,3, E:1 205,0, ZS:36,9, T:5,6, F:38,6, CH:160,4, C:4,4, Ca:40,3

Jó étvágyat!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

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	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	