

EPER

Étlap

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2021.07.12.	Kedd 2021.07.13.	Szerda 2021.07.14.	Csütörtök 2021.07.15.	Péntek 2021.07.16.
Ebéd	-Magyaros burgonyaleves (G, L, T) -Sajtos metélt (L)	-Csontléves (Z) -Töltött káposzta (L, T, G)	-Meggyleves (L, G) -Fokhagymás sertéssült (G) -Bazsalikomos rizs	-Gombaleves (G, L) -Mustáros sertés szelet (L, G, M) -Tésztaköret	-Fejtettbab leves (G, T) -Boci szelet (G, T, L, O)
	S:2,3, E:1 042,0, ZS:46,8, T:10,5, F:32,0, CH:115,1, C:2,9, Ca:374,3	S:3,7, E:795,0, ZS:49,4, T:4,3, F:21,8, CH:61,1, C:2,8, Ca:197,6	S:0,1, E:931,0, ZS:34,5, T:2,7, F:37,6, CH:114,4, C:1,4, Ca:42,3	S:3,5, E:1 231,0, ZS:72,6, T:11,8, F:39,8, CH:93,9, C:3,0, Ca:136,9	S:1,1, E:566,0, ZS:17,5, T:1,0, F:22,7, CH:78,7, C:3,3, Ca:47,1
Összesen	S:2,3, E:1 042,0, ZS:46,8, T:10,5, F:32,0, CH:115,1, C:2,9, Ca:374,3	S:3,7, E:795,0, ZS:49,4, T:4,3, F:21,8, CH:61,1, C:2,8, Ca:197,6	S:0,1, E:931,0, ZS:34,5, T:2,7, F:37,6, CH:114,4, C:1,4, Ca:42,3	S:3,5, E:1 231,0, ZS:72,6, T:11,8, F:39,8, CH:93,9, C:3,0, Ca:136,9	S:1,1, E:566,0, ZS:17,5, T:1,0, F:22,7, CH:78,7, C:3,3, Ca:47,1

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.

Magyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
 ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
 F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
 L: laktóz, tej, tejszíntermékek
 T: tojás, fehérje

Z: zeller
 R: rákfélék
 H: halak

D: diófélék, mandula, pisztácia
 M: mustár
 S: szezámmag

C: csillagfűrt
 P: puhatestűek

ETEK

Étlap

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2021.07.19.	Kedd 2021.07.20.	Szerda 2021.07.21.	Csütörtök 2021.07.22.	Péntek 2021.07.23.
Ebéd	-Lencseléves (G, T) -Lekváros derelye s. (G, T)	-Gölgödin leves (G) -Finomfőzelék (L, G) -Párizsi sertésszelet (T, G)	-Gombaleves (G, L) -Szezámagos csirkemell (G, T, S) -Kukoricás rizs -Almapaprika-édes	-Rizsleves (Z) -Hentestokány sertéshúsból (M, G) -Tésztaköret	-Nyírségi gombóclevés (L, G, T) -Ferdinánd tekercs (G, T, L)
	S:0,1, E:1 071,0, ZS:25,4, T:0,0, F:32,5, CH:168,7, C:3,2, Ca:62,3	S:2,7, E:805,0, ZS:31,5, T:0,5, F:41,5, CH:84,4, C:3,9, Ca:190,5	S:4,4, E:1 443,0, ZS:92,1, T:7,8, F:42,3, CH:107,9, C:2,2, Ca:123,9	S:2,9, E:1 090,0, ZS:59,5, T:0,0, F:38,5, CH:89,8, C:1,7, Ca:34,7	S:3,5, E:1 709,0, ZS:69,4, T:6,2, F:35,8, CH:179,1, C:7,5, Ca:152,2
Összesen	S:0,1, E:1 071,0, ZS:25,4, T:0,0, F:32,5, CH:168,7, C:3,2, Ca:62,3	S:2,7, E:805,0, ZS:31,5, T:0,5, F:41,5, CH:84,4, C:3,9, Ca:190,5	S:4,4, E:1 443,0, ZS:92,1, T:7,8, F:42,3, CH:107,9, C:2,2, Ca:123,9	S:2,9, E:1 090,0, ZS:59,5, T:0,0, F:38,5, CH:89,8, C:1,7, Ca:34,7	S:3,5, E:1 709,0, ZS:69,4, T:6,2, F:35,8, CH:179,1, C:7,5, Ca:152,2

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk.**Magyarázat:**

S: só (g) E: energia (kcal)
ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezám

C: csillagfűt
P: puhatestűek