

16. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2019.04.15 Hétfő	Palóc leves (szárnyas) ^(1,7) Levesbetét galuska ^(1,3) Metélt tészta ⁽¹⁾ Mák szórat Gyümölcs	Palóc leves (szárnyas) ^(1,7) Levesbetét galuska ^(1,3) Mákos metélt tészta ⁽¹⁾ Gyümölcs	Palóc leves (szárnyas) ^(1,7) Levesbetét galuska ^(1,3) Tejbendara ^(1,7) Kakaó szórat Gyümölcs	Palóc leves (szárnyas) Levesbetét GM Darás metélt GM Baracklevár Gyümölcs
	E: 1 060kcal, zsír: 34,5g, tel.zsír: 7g, feh.: 36,8g, CH: 147,8g, Cuk: 20g, Só: 1,3g, Ca: 389,6mg	E: 980kcal, zsír: 34,5g, tel.zsír: 7g, feh.: 36,8g, CH: 127,8g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 389,6mg	E: 869kcal, zsír: 20,6g, tel.zsír: 5,8g, feh.: 32,7g, CH: 136,1g, Cuk: 32,5g, Só: 1,4g, Ca: 420,1mg	E: 1 015kcal, zsír: 21,3g, tel.zsír: 2,6g, feh.: 22,4g, CH: 181,9g, Cuk: 27,1g, Só: 0,7g, Ca: 56,6mg
2019.04.16 Kedd	Daragaluska leves Daragaluska betét ^(1,3) Húsgombóc ⁽³⁾ Főtt burgonya 1/2 Csoki nyuszi Csoki tojás Paradicsom mártás ^(1,9)	Daragaluska leves Daragaluska betét ^(1,3) Húsgombóc ⁽³⁾ Főtt burgonya 1/2 Paradicsom mártás ^(1,9)	Daragaluska leves Daragaluska betét ^(1,3) Natúr csirke mellfilé Főtt burgonya 1/2 Alma mártás ^(1,7)	Daragaluska leves Levesbetét GM Natúr csirke mellfilé Főtt burgonya 1/2 Alma mártás
	E: 1 012kcal, zsír: 53,6g, tel.zsír: 20,1g, feh.: 43,9g, CH: 165,1g, Cuk: 52,1g, Só: 2,8g, Ca: 320,1mg	E: 774kcal, zsír: 21,7g, tel.zsír: 1,5g, feh.: 36,6g, CH: 104,8g, Cuk: 0g, Só: 2,6g, Ca: 107,8mg	E: 810kcal, zsír: 19,7g, tel.zsír: 3,4g, feh.: 40,2g, CH: 115,4g, Cuk: 22g, Só: 2,7g, Ca: 209,1mg	E: 692kcal, zsír: 16,6g, tel.zsír: 2g, feh.: 33,7g, CH: 100,4g, Cuk: 22,8g, Só: 2,3g, Ca: 86,2mg
2019.04.17 Szerda	Hamis gulyásleves Levesbetét galuska ^(1,3) Vadas mártás ^(1,7,10) Tészta köret ⁽¹⁾ Sertésszelet	Hamis gulyásleves Levesbetét ⁽¹⁾ Vadas mártás diab. ^(1,7,10) Tészta köret ⁽¹⁾ Sertésszelet	Hamis gulyásleves Levesbetét ⁽¹⁾ Rozmaringos pulyka apró ⁽¹⁾ Tészta köret ⁽¹⁾	Hamis gulyásleves Levesbetét GM Rozmaringos pulyka apró Tészta köret GM
	E: 1 052kcal, zsír: 44,9g, tel.zsír: 5,7g, feh.: 42,7g, CH: 111,9g, Cuk: 2g, Só: 3,3g, Ca: 125mg	E: 1 028kcal, zsír: 43,3g, tel.zsír: 5,2g, feh.: 41g, CH: 112,1g, Cuk: 0g, Só: 3,1g, Ca: 123,3mg	E: 835kcal, zsír: 28,2g, tel.zsír: 3,8g, feh.: 34,5g, CH: 107,8g, Cuk: 0g, Só: 1,8g, Ca: 68,1mg	E: 881kcal, zsír: 30,7g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 27g, CH: 120,3g, Cuk: 0g, Só: 1,9g, Ca: 73,6mg
2019.04.18 Csütörtök	Kertészleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldborsófőzelék ^(1,7) Főtt bécsi virsli Gyümölcs	Kertészleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldborsófőzelék ^(1,7) Főtt bécsi virsli Gyümölcs	Kertészleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Karotta főzelék ^(1,7) Főtt bécsi virsli Gyümölcs	Kertészleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Karotta főzelék ⁽⁷⁾ Főtt bécsi virsli Gyümölcs
	E: 849kcal, zsír: 37,9g, tel.zsír: 9,9g, feh.: 36,3g, CH: 86,8g, Cuk: 10g, Só: 2,7g, Ca: 331,5mg	E: 809kcal, zsír: 38,2g, tel.zsír: 10g, feh.: 35,5g, CH: 77g, Cuk: 0g, Só: 2,6g, Ca: 245,3mg	E: 671kcal, zsír: 32,3g, tel.zsír: 9,3g, feh.: 21,7g, CH: 58,9g, Cuk: 8g, Só: 2,9g, Ca: 198,7mg	E: 692kcal, zsír: 32,5g, tel.zsír: 9,4g, feh.: 20,1g, CH: 66g, Cuk: 8g, Só: 3g, Ca: 198,3mg
2019.04.19 Péntek	Sárgaborsó krémleves ^(1,7) Levesgyöngy ^(1,3,7) Darás metélt ⁽¹⁾ Baracklevár öntet Porcukor szórat	Sárgaborsó krémleves ^(1,7) Levesgyöngy ^(1,3,7) Darás metélt ⁽¹⁾ Diab.lekvár öntet	Spárga krémleves ^(1,7) Levesgyöngy ^(1,3,7) Darás metélt ⁽¹⁾ Baracklevár öntet Porcukor szórat	Spárga krémleves ⁽⁷⁾ Köles golyó Darás metélt GM Baracklevár öntet Porcukor szórat
	E: 1 109kcal, zsír: 25,6g, tel.zsír: 3,8g, feh.: 32,6g, CH: 185,4g, Cuk: 36,3g, Só: 0,8g, Ca: 161,9mg	E: 1 015kcal, zsír: 25,9g, tel.zsír: 3,8g, feh.: 33g, CH: 160g, Cuk: 0g, Só: 0,8g, Ca: 165,2mg	E: 981kcal, zsír: 25,2g, tel.zsír: 3,3g, feh.: 25,3g, CH: 161,7g, Cuk: 36,3g, Só: 0,9g, Ca: 229,3mg	E: 952kcal, zsír: 21,8g, tel.zsír: 3g, feh.: 18,5g, CH: 170,7g, Cuk: 36,3g, Só: 0,9g, Ca: 207,1mg
2019.04.20 Szombat	Zöldséges tarhonya leves ^(1,9) Főtt-füstölt tarja szelet Főtt tojás ⁽³⁾	Zöldséges tarhonya leves ^(1,9) Főtt-füstölt tarja szelet Főtt tojás ⁽³⁾	Zöldséges tarhonya leves ^(1,9) Sült csirkecomb Főtt burgonya	Zöldséges tarhonya leves ⁽⁹⁾ Sült csirkecomb Főtt burgonya

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűk, 14. Csillagfürt

Étlap

2019. április 15. - 2019. április 21.

Idősek

	Vajas burgonya ⁽⁷⁾	Vajas burgonya ⁽⁷⁾		
	E: 699kcal, zsír: 35,2g, tel.zsír: 10,4g, feh.: 29,2g, CH: 64,8g, Cuk: 0g, Só: 4,9g, Ca: 72,7mg	E: 699kcal, zsír: 35,2g, tel.zsír: 10,4g, feh.: 29,2g, CH: 64,8g, Cuk: 0g, Só: 4,9g, Ca: 72,7mg	E: 785kcal, zsír: 27,6g, tel.zsír: 4,8g, feh.: 57,1g, CH: 74,9g, Cuk: 0g, Só: 1,8g, Ca: 77,9mg	E: 765kcal, zsír: 25,7g, tel.zsír: 4,5g, feh.: 55,6g, CH: 75,5g, Cuk: 0g, Só: 1,9g, Ca: 78,1mg
2019.04.21 Vasárnap	Májgombócleves ^(1,3) Rántott sertésszelet Rizi-bizi Alma befőtt	Májgombócleves ^(1,3) Rántott sertésszelet Rizi-bizi Alma befőtt diab.	Májgombócleves ^(1,3) Csemege sertéssült Karottás rizs Alma befőtt	Húsleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Csemege sertéssült Karottás rizs Alma befőtt
	E: 851kcal, zsír: 33,4g, tel.zsír: 8,4g, feh.: 18,9g, CH: 114,7g, Cuk: 14,6g, Só: 2,6g, Ca: 86,7mg	E: 820kcal, zsír: 33,4g, tel.zsír: 8,4g, feh.: 18,9g, CH: 106,8g, Cuk: 0g, Só: 2,9g, Ca: 101,5mg	E: 977kcal, zsír: 36,7g, tel.zsír: 8,4g, feh.: 38,3g, CH: 119,8g, Cuk: 14,6g, Só: 3,4g, Ca: 125,1mg	E: 952kcal, zsír: 32,9g, tel.zsír: 2,6g, feh.: 42,7g, CH: 114,6g, Cuk: 14,6g, Só: 2,3g, Ca: 132,1mg

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezámag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt