

14. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2021.04.05 Hétfő	Húsleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Dubarry sertés szelet ^(1,7) Bulgur ⁽¹⁾	Húsleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Dubarry sertés szelet ^(1,7) Bulgur ⁽¹⁾	Húsleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Csemege sertéssült Bulgur ⁽¹⁾	Húsleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Csemege sertéssült Petrezselymes burgonya
	E: 879kcal, zsír: 26,9g, tel.zsír: 6,3g, feh.: 59,5g, CH: 101,9g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 429,7mg	E: 879kcal, zsír: 26,9g, tel.zsír: 6,3g, feh.: 59,5g, CH: 101,9g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 429,7mg	E: 701kcal, zsír: 20,7g, tel.zsír: 0,9g, feh.: 46,1g, CH: 85,2g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 106,9mg	E: 767kcal, zsír: 29,1g, tel.zsír: 1,8g, feh.: 42,6g, CH: 80,9g, Cuk: 0g, Só: 1,8g, Ca: 99,8mg
2021.04.06 Kedd	Paradicsomleves ^(1,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott sertésszelet ^(1,3) Petrezselymes burgonya	Paradicsomleves diab. ^(1,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott sertésszelet ^(1,3) Petrezselymes burgonya	Petrezselymes burgonya	Hamis gulyásleves Carbonara spagetti ⁽⁷⁾ Gyümölcs
	E: 738kcal, zsír: 25g, tel.zsír: 2,8g, feh.: 24,5g, CH: 101,5g, Cuk: 6g, Só: 0,7g, Ca: 30mg	E: 714kcal, zsír: 25g, tel.zsír: 2,8g, feh.: 24,5g, CH: 95,5g, Cuk: 0g, Só: 0,7g, Ca: 29,9mg	E: 303kcal, zsír: 5,6g, tel.zsír: 0,6g, feh.: 7,5g, CH: 55,2g, Cuk: 0g, Só: 0,2g, Ca: 22,5mg	E: 780kcal, zsír: 26g, tel.zsír: 3,7g, feh.: 18,2g, CH: 110g, Cuk: 0g, Só: 1,3g, Ca: 93,3mg
2021.04.07 Szerda	Zöldborsóleves ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾	Zöldborsóleves ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Párolt csirkemellfilé Főtt burgonya 1/2 Meggymártás ^(1,7)	Zöldségleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Párolt csirkemellfilé Főtt burgonya 1/2 Meggymártás ^(1,7)	Zöldségleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Párolt csirkemellfilé Főtt burgonya 1/2 Meggymártás
	E: 281kcal, zsír: 9g, tel.zsír: 1g, feh.: 9,8g, CH: 39,2g, Cuk: 5g, Só: 0,9g, Ca: 48,6mg	E: 794kcal, zsír: 27,4g, tel.zsír: 4g, feh.: 42,4g, CH: 91,3g, Cuk: 0g, Só: 2,2g, Ca: 116,7mg	E: 806kcal, zsír: 22,6g, tel.zsír: 4,2g, feh.: 39,1g, CH: 108,8g, Cuk: 22g, Só: 1,8g, Ca: 228,9mg	E: 704kcal, zsír: 16,1g, tel.zsír: 1,9g, feh.: 34,5g, CH: 103,1g, Cuk: 22g, Só: 2,1g, Ca: 114,6mg
2021.04.08 Csütörtök	Daragaluska leves Daragaluska betét ^(1,3) Székelykáposzta ^(1,7)	Daragaluska leves Daragaluska betét ^(1,3) Székelykáposzta ^(1,7)	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Spenótos rizseshús	Csontleves Levesbetét GM Spenótos rizseshús
	E: 764kcal, zsír: 42,4g, tel.zsír: 9,2g, feh.: 34,3g, CH: 57,8g, Cuk: 0g, Só: 3,3g, Ca: 219,6mg	E: 764kcal, zsír: 42,4g, tel.zsír: 9,2g, feh.: 34,3g, CH: 57,8g, Cuk: 0g, Só: 3,3g, Ca: 219,6mg	E: 685kcal, zsír: 16,1g, tel.zsír: 1g, feh.: 34,2g, CH: 97,5g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 225,2mg	E: 710kcal, zsír: 16,5g, tel.zsír: 1,1g, feh.: 33,6g, CH: 103,1g, Cuk: 0g, Só: 1,6g, Ca: 226,8mg
2021.04.09 Péntek	Csurgatott tojásleves ^(1,3) Lencsefőzelék ^(1,7,10) Zöldséges tallér ⁽⁶⁾	Csurgatott tojásleves ^(1,3) Lencsefőzelék ^(1,7,10) Zöldséges tallér ⁽⁶⁾	Rántott leves ⁽¹⁾ Pírított zsemlekocka ⁽¹⁾ Tökfőzelék ^(1,7) Sertés aprópecsenye	Rántott leves GM Figurás kukorica pehely Tökfőzelék ⁽⁷⁾ Sertés aprópecsenye
	E: 713kcal, zsír: 27,8g, tel.zsír: 5,9g, feh.: 38,4g, CH: 75,5g, Cuk: 4g, Só: 2,7g, Ca: 239,4mg	E: 713kcal, zsír: 27,8g, tel.zsír: 5,9g, feh.: 38,4g, CH: 75,5g, Cuk: 4g, Só: 2,7g, Ca: 239,4mg	E: 647kcal, zsír: 32,6g, tel.zsír: 5,8g, feh.: 32,3g, CH: 52,9g, Cuk: 3g, Só: 2,5g, Ca: 221,4mg	E: 783kcal, zsír: 33g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 34,9g, CH: 84,2g, Cuk: 10g, Só: 2,5g, Ca: 281,7mg
2021.04.10 Szombat	Brokkoli krémleves ^(1,7) Pírított zsemlekocka ⁽¹⁾ Snidlinges-sajtmártásos sertéstokány ^(1,7) Párolt rizs Gyümölcs	Brokkoli krémleves ^(1,7) Pírított zsemlekocka ⁽¹⁾ Párolt rizs Snidlinges-sajtmártásos sertésapró ^(1,7) Gyümölcs	Brokkoli krémleves ^(1,7) Pírított zsemlekocka ⁽¹⁾ Párolt rizs Snidlinges-sajtmártásos sertésapró ^(1,7) Gyümölcs	Brokkoli krémleves Figurás kukorica pehely Párolt rizs Snidlinges-sajtmártásos sertésapró ⁽⁷⁾ Gyümölcs
	E: 1 000kcal, zsír: 40,7g, tel.zsír: 7,7g, feh.: 42,1g, CH: 111,3g, Cuk: 0g, Só: 3g, Ca: 413,5mg	E: 1 000kcal, zsír: 40,7g, tel.zsír: 7,7g, feh.: 42,1g, CH: 111,3g, Cuk: 0g, Só: 3g, Ca: 413,5mg	E: 1 000kcal, zsír: 40,7g, tel.zsír: 7,7g, feh.: 42,1g, CH: 111,3g, Cuk: 0g, Só: 3g, Ca: 413,5mg	E: 931kcal, zsír: 36,6g, tel.zsír: 5,5g, feh.: 36,4g, CH: 109,4g, Cuk: 0g, Só: 2,2g, Ca: 231,6mg
2021.04.11 Vasárnap	Zöldségleves ⁽⁹⁾ Sajtgaluska levesbetét ^(1,3,7) Disznótoros Párolt lilakáposzta	Zöldségleves ⁽⁹⁾ Sajtgaluska levesbetét ^(1,3,7) Disznótoros Tört burgonya 1/2 adag	Zöldségleves ⁽⁹⁾ Sajtgaluska levesbetét ^(1,3,7) Sült csirkemell Tört burgonya	Zöldségleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Sült csirkemell Tört 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. Szezámmag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt

Étlap

2021. április 5. - 2021. április 11.

Idősek

	Tört burgonya 1/2 adag	Párolt káposzta	Alma befőtt	Alma befőtt
	E: 1 247kcal, zsír: 82,5g, tel.zsír: 23,3g, feh.: 46,8g, CH: 77,2g, Cuk: 4g, Só: 6,8g, Ca: 223,5mg	E: 1 231kcal, zsír: 82,5g, tel.zsír: 23,3g, feh.: 46,8g, CH: 73,2g, Cuk: 0g, Só: 6,8g, Ca: 223,5mg	E: 796kcal, zsír: 24,7g, tel.zsír: 4,1g, feh.: 38,8g, CH: 102,8g, Cuk: 14,6g, Só: 2g, Ca: 137,8mg	E: 710kcal, zsír: 21,5g, tel.zsír: 2,5g, feh.: 35,2g, CH: 92,5g, Cuk: 14,6g, Só: 1,6g, Ca: 98,2mg

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. Puhatestűek, 14. Csillagfürt