

| 23. hét | Idős normál | Natív cukormentes | Epekímélő | Gluténmentes, epés |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2021.06.07 Hétfő | Karalábé leves ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Burgonyapüré ⁽⁷⁾ Fokhagymás sült sertés tarja ⁽¹⁾ | Karalábé leves ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Burgonyapüré ⁽⁷⁾ Fokhagymás sült sertés tarja ⁽¹⁾ | Karalábé leves pürézve ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Natúr sertésborda Burgonyapüré ⁽⁷⁾ | Karalábé leves GM püré Levesbetét GM Burgonyapüré ⁽⁷⁾ Natúr sertésborda |
| | E: 784kcal, zsír: 39,6g, tel.zsír: 10,8g, feh.: 29,4g, CH: 77g, Cuk: 0g, Só: 2,1g, Ca: 116,7mg | E: 784kcal, zsír: 39,6g, tel.zsír: 10,8g, feh.: 29,4g, CH: 77g, Cuk: 0g, Só: 2,1g, Ca: 116,7mg | E: 685kcal, zsír: 27,9g, tel.zsír: 3,2g, feh.: 33,5g, CH: 73g, Cuk: 0g, Só: 2,4g, Ca: 131,6mg | E: 712kcal, zsír: 28,1g, tel.zsír: 3,3g, feh.: 32,8g, CH: 79,9g, Cuk: 0g, Só: 2,4g, Ca: 135,4mg |
| 2021.06.08 Kedd | Palóc leves (szárnyas) ^(1,7) Levesbetét galuska ^(1,3) Metélt tészta ⁽¹⁾ Mák szórat Gyümölcs | Palóc leves (szárnyas) ^(1,7) Levesbetét galuska ^(1,3) Tejbendara ^(1,7) Kakaó szórat Gyümölcs | Palóc leves (szárnyas) ^(1,7) Levesbetét galuska ^(1,3) Tejbendara ^(1,7) Kakaó szórat Gyümölcs | Palóc leves (szárnyas) Levesbetét GM Tejbendara kukoricadarával ⁽⁷⁾ Kakaó szórat Gyümölcs |
| | E: 1 068kcal, zsír: 36,9g, tel.zsír: 7,7g, feh.: 39,5g, CH: 140,5g, Cuk: 20g, Só: 1,4g, Ca: 381,8mg | E: 778kcal, zsír: 23,3g, tel.zsír: 6,5g, feh.: 37,2g, CH: 100,7g, Cuk: 0g, Só: 1,5g, Ca: 424,9mg | E: 896kcal, zsír: 24,9g, tel.zsír: 6,5g, feh.: 35,4g, CH: 128,8g, Cuk: 32,5g, Só: 1,6g, Ca: 412,3mg | E: 804kcal, zsír: 19,8g, tel.zsír: 4,3g, feh.: 29g, CH: 125,7g, Cuk: 32,5g, Só: 1,3g, Ca: 391,3mg |
| 2021.06.09 Szerda | Hamis csorbaleves ^(7,9) Tejfölös burgonyafőzelék ^(1,7) Főtt bécsi virsli | Hamis csorbaleves ^(7,9) Tejfölös burgonyafőzelék ^(1,7) Főtt bécsi virsli | Kertészleves ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tejfölös burgonyafőzelék ^(1,7) Főtt bécsi virsli | Kertészleves ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Tejfölös burgonyafőzelék ⁽⁷⁾ Főtt bécsi virsli |
| | E: 727kcal, zsír: 38,3g, tel.zsír: 11,5g, feh.: 27,6g, CH: 66,1g, Cuk: 0g, Só: 2,7g, Ca: 294,2mg | E: 727kcal, zsír: 38,3g, tel.zsír: 11,5g, feh.: 27,6g, CH: 66,1g, Cuk: 0g, Só: 2,7g, Ca: 294,2mg | E: 760kcal, zsír: 40g, tel.zsír: 11,4g, feh.: 26,9g, CH: 71,2g, Cuk: 0g, Só: 2,6g, Ca: 224mg | E: 706kcal, zsír: 39,6g, tel.zsír: 11,3g, feh.: 21,3g, CH: 64,6g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 101,8mg |
| 2021.06.10 Csütörtök | Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Eszterházy pulyka tokány ^(1,7,10) Tészta köret ⁽¹⁾ | Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Eszterházy pulyka tokány ^(1,7,10) Tészta köret ⁽¹⁾ | Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Eszterházy pulyka tokány ⁽⁷⁾ Tészta köret ⁽¹⁾ | Csontleves Levesbetét GM Eszterházy pulyka tokány ⁽⁷⁾ Tészta köret GM |
| | E: 988kcal, zsír: 27,6g, tel.zsír: 3,4g, feh.: 55,2g, CH: 126,7g, Cuk: 0g, Só: 2,7g, Ca: 689,3mg | E: 988kcal, zsír: 27,6g, tel.zsír: 3,4g, feh.: 55,2g, CH: 126,7g, Cuk: 0g, Só: 2,7g, Ca: 689,3mg | E: 981kcal, zsír: 27,4g, tel.zsír: 3,4g, feh.: 54,6g, CH: 126,7g, Cuk: 0g, Só: 2,7g, Ca: 685,5mg | E: 989kcal, zsír: 27,8g, tel.zsír: 3,8g, feh.: 46,8g, CH: 128,1g, Cuk: 0g, Só: 2,8g, Ca: 688mg |
| 2021.06.11 Péntek | Magyaros karfiollevés ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldborsófőzelék ^(1,7) Tojásos vagdalt (szárnyas) sütőben sütve ^(1,3) Gyümölcs | Magyaros karfiollevés ⁽¹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Zöldborsófőzelék ^(1,7) Tojásos vagdalt (szárnyas) sütőben sütve ^(1,3) Gyümölcs | Karfiollevés ^(1,7) Levesbetét ⁽¹⁾ Cukkini főzelék ^(1,7) Sertés aprópecsenye ⁽¹⁾ Gyümölcs | Karfiollevés ⁽⁷⁾ Levesbetét GM Cukkini főzelék ⁽⁷⁾ Sertés aprópecsenye Gyümölcs |
| | E: 1 001kcal, zsír: 39,5g, tel.zsír: 5,5g, feh.: 46,5g, CH: 111,7g, Cuk: 10g, Só: 2,7g, Ca: 324,1mg | E: 961kcal, zsír: 39,7g, tel.zsír: 5,6g, feh.: 45,7g, CH: 101,9g, Cuk: 0g, Só: 2,6g, Ca: 238mg | E: 849kcal, zsír: 43g, tel.zsír: 5,7g, feh.: 33,9g, CH: 77g, Cuk: 3g, Só: 2,3g, Ca: 178,3mg | E: 793kcal, zsír: 29,8g, tel.zsír: 4,8g, feh.: 34,9g, CH: 93,4g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 190,9mg |
| 2021.06.12 Szombat | Fahéjas almaleves ⁽⁷⁾ Rántott tengeri halfilé ^(1,3,4) Párolt rizs Joghurt öntet ⁽⁷⁾ | Fahéjas almaleves ⁽⁷⁾ Rántott tengeri halfilé ^(1,3,4) Párolt rizs Joghurt öntet diab. ⁽⁷⁾ | Fahéjas almaleves ⁽⁷⁾ Zöldfűszeres párolt halfilé ⁽⁴⁾ Párolt rizs | Fahéjas almaleves ⁽⁷⁾ Zöldfűszeres párolt halfilé ⁽⁴⁾ Párolt rizs |
| | E: 906kcal, zsír: 25g, tel.zsír: 5,1g, feh.: 31,1g, CH: 135,6g, Cuk: 20,8g, Só: 3,6g, Ca: 266,8mg | E: 825kcal, zsír: 25g, tel.zsír: 5,1g, feh.: 31,1g, CH: 115,7g, Cuk: 0,8g, Só: 3,6g, Ca: 266,7mg | E: 783kcal, zsír: 16,8g, tel.zsír: 3,2g, feh.: 28,7g, CH: 126,1g, Cuk: 20g, Só: 1,5g, Ca: 149,1mg | E: 783kcal, zsír: 16,8g, tel.zsír: 3,2g, feh.: 28,7g, CH: 126,1g, Cuk: 20g, Só: 1,5g, Ca: 149,1mg |
| 2021.06.13 Vasárnap | Köménymaglevés ⁽¹⁾ Píritott zsemlekocka ⁽¹⁾ | Köménymaglevés ⁽¹⁾ Píritott zsemlekocka ⁽¹⁾ | Köménymaglevés ⁽¹⁾ Píritott zsemlekocka ⁽¹⁾ | Köménymaglevés Figurás kukorica pehely |

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

Étlap 2021. június 7. - 2021. június 13.

Idősek

| | | | | |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | Sült csirkecomb Zelleres burgonyapüré ^(7,9) Uborka saláta házi | Sült csirkecomb Zelleres burgonyapüré ^(7,9) Uborka saláta házi | Sült csirkecomb Zelleres burgonyapüré ^(7,9) Fejes saláta | Sült csirkecomb Zelleres burgonyapüré ^(7,9) Fejes saláta |
| | E: 844kcal, zsír: 36,9g, tel.zsír: 8,4g, feh.: 58,1g, CH: 68,4g, Cuk: 6g, Só: 2,9g, Ca: 171,1mg | E: 819kcal, zsír: 36,9g, tel.zsír: 8,4g, feh.: 58g, CH: 62,1g, Cuk: 0g, Só: 2,9g, Ca: 170,7mg | E: 832kcal, zsír: 36,8g, tel.zsír: 8,4g, feh.: 57,1g, CH: 66,5g, Cuk: 6g, Só: 2,9g, Ca: 158,3mg | E: 870kcal, zsír: 37,9g, tel.zsír: 7g, feh.: 57,1g, CH: 74,1g, Cuk: 6g, Só: 2,8g, Ca: 158,2mg |

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. Csillagfűt