

Étlap
2022. augusztus 8. - 2022. augusztus 14.

Idősek

32. hét	Idős normál	Natív cukormentes	Epekímélő	Gluténmentes, epés
2022.08.08 Hétfő	Jókai bableves ^(1,7,9) Túrós csusza ^(1,7) Gyümölcs	Jókai bableves ^(1,7,9) Túrós csusza ^(1,7) Gyümölcs	Virslis kínai kel leves Túrós csusza kefirrel ^(1,7)	Virslis kínai kel leves Túrós csusza kefirrel GM ⁽⁷⁾
	E: 1 027kcal, zsír: 36,6g, tel.zsír: 12,4g, feh.: 48,9g, CH: 122,4g, Cuk: 0g, Só: 2,7g, Ca: 310mg	E: 1 027kcal, zsír: 36,6g, tel.zsír: 12,4g, feh.: 48,9g, CH: 122,4g, Cuk: 0g, Só: 2,7g, Ca: 310mg	E: 793kcal, zsír: 26,9g, tel.zsír: 9,4g, feh.: 39,5g, CH: 98g, Cuk: 0g, Só: 2,3g, Ca: 259,8mg	E: 782kcal, zsír: 27g, tel.zsír: 9,8g, feh.: 31g, CH: 102g, Cuk: 0g, Só: 2,5g, Ca: 263mg
2022.08.09 Kedd	Köménymaglevés ⁽¹⁾ Pirított zsemlekočka ⁽¹⁾ Parajmártás ^(1,7) Főtt burgonya 1/2 Főtt tojás ⁽³⁾	Olasz zöldséglevés ^(1,9) Parajmártás ^(1,7) Főtt burgonya 1/2 Főtt tojás ⁽³⁾	Olasz zöldséglevés ^(1,9) Natúr csirke mellfilé Parajmártás ⁽⁷⁾ Főtt burgonya 1/2	Olasz zöldséglevés ⁽⁹⁾ Natúr csirke mellfilé Parajmártás ⁽⁷⁾ Főtt burgonya 1/2
	E: 775kcal, zsír: 36,2g, tel.zsír: 7,2g, feh.: 28,5g, CH: 81,5g, Cuk: 0g, Só: 1,7g, Ca: 470,5mg	E: 749kcal, zsír: 25,4g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 31,4g, CH: 97g, Cuk: 0g, Só: 1,8g, Ca: 531,8mg	E: 765kcal, zsír: 28,8g, tel.zsír: 3,9g, feh.: 44,7g, CH: 80,6g, Cuk: 0g, Só: 2,3g, Ca: 502,8mg	E: 767kcal, zsír: 28,9g, tel.zsír: 4g, feh.: 44,1g, CH: 81g, Cuk: 0g, Só: 2,3g, Ca: 503,1mg
2022.08.10 Szerda	Sertés raguleves Levesbetét ⁽¹⁾ Metélt tészta ⁽¹⁾ Mák szórat Gyümölcs	Sertés raguleves Levesbetét ⁽¹⁾ Metélt tészta ⁽¹⁾ Mák szórat diab. Gyümölcs	Sertés raguleves Levesbetét ⁽¹⁾ Tejbenrizs ⁽⁷⁾ Kakaó szórat Gyümölcs	Sertés raguleves Levesbetét GM Tejbenrizs ⁽⁷⁾ Kakaó szórat Gyümölcs
	E: 948kcal, zsír: 30g, tel.zsír: 4,3g, feh.: 36,2g, CH: 131,1g, Cuk: 20g, Só: 1,4g, Ca: 389,5mg	E: 888kcal, zsír: 30g, tel.zsír: 4,3g, feh.: 36,2g, CH: 115,7g, Cuk: 0g, Só: 1,4g, Ca: 389,5mg	E: 817kcal, zsír: 16,9g, tel.zsír: 3,1g, feh.: 31,3g, CH: 131,8g, Cuk: 32,5g, Só: 1,5g, Ca: 430mg	E: 802kcal, zsír: 16,9g, tel.zsír: 3,1g, feh.: 30g, CH: 129,1g, Cuk: 32,5g, Só: 1,5g, Ca: 429,3mg
2022.08.11 Csütörtök	Daragaluska leves Daragaluska betét ^(1,3) Eszterházy szárnyas ragu ^(1,7,10) Bulgur ⁽¹⁾	Daragaluska leves Daragaluska betét ^(1,3) Eszterházy pulyka tokány ^(7,10) Bulgur ⁽¹⁾	Karalábé leves GM püré Levesbetét ⁽¹⁾ Eszterházy pulyka tokány ⁽⁷⁾ Tészta köret ⁽¹⁾	Karalábé leves GM püré Levesbetét GM Eszterházy pulyka tokány ⁽⁷⁾ Tészta köret GM
	E: 1 098kcal, zsír: 33,2g, tel.zsír: 4,5g, feh.: 59,3g, CH: 143,1g, Cuk: 0g, Só: 3,5g, Ca: 748,5mg	E: 1 054kcal, zsír: 32,9g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 54,6g, CH: 138g, Cuk: 0g, Só: 3,3g, Ca: 607,4mg	E: 1 034kcal, zsír: 32,3g, tel.zsír: 4g, feh.: 54,1g, CH: 129,2g, Cuk: 0g, Só: 2,6g, Ca: 577,3mg	E: 1 041kcal, zsír: 32,8g, tel.zsír: 4,4g, feh.: 46,3g, CH: 130,5g, Cuk: 0g, Só: 2,8g, Ca: 579,8mg
2022.08.12 Péntek	Csurgatott tojásleves ^(1,3) Rántott tengeri halfilé sütőben sütvé ^(1,3,4) Párolt rizs Tartármártás ^(3,7,10)	Csurgatott tojásleves GM ⁽³⁾ Rántott tengeri halfilé sütőben sütvé ^(1,3,4) Párolt rizs Tartármártás ^(3,7,10)	Rántott leves Pirított zsemlekočka ⁽¹⁾ Paprikás burgonya Főtt bécsi virsli Cékla saláta	Rántott leves Figurás kukorica pehely Paprikás burgonya Főtt bécsi virsli Cékla saláta
	E: 831kcal, zsír: 29,9g, tel.zsír: 5,2g, feh.: 30,4g, CH: 106,9g, Cuk: 1g, Só: 3,9g, Ca: 97mg	E: 825kcal, zsír: 29,8g, tel.zsír: 5,2g, feh.: 29,7g, CH: 107g, Cuk: 0g, Só: 3,9g, Ca: 95,5mg	E: 843kcal, zsír: 43,2g, tel.zsír: 11,8g, feh.: 23,6g, CH: 88,8g, Cuk: 0g, Só: 3,4g, Ca: 91,9mg	E: 820kcal, zsír: 39,4g, tel.zsír: 9,8g, feh.: 23,9g, CH: 91,3g, Cuk: 0g, Só: 3,3g, Ca: 92,9mg
2022.08.13 Szombat	Paradicsomlevés ^(1,9) Levesbetét ⁽¹⁾ Tarhonyás hús ⁽¹⁾ Csalamádé	Paradicsomlevés ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tarhonyás hús ⁽¹⁾ Csalamádé	Paradicsomlevés ⁽⁹⁾ Levesbetét ⁽¹⁾ Tarhonyás hús ⁽¹⁾ Alma befőtt	Paradicsomlevés ⁽⁹⁾ Levesbetét GM Tarhonyás hús GM Alma befőtt
	E: 694kcal, zsír: 16,7g, tel.zsír: 2g, feh.: 19g, CH: 115,5g, Cuk: 6g, Só: 2,6g, Ca: 62,1mg	E: 724kcal, zsír: 17g, tel.zsír: 2,1g, feh.: 20,4g, CH: 121,2g, Cuk: 0g, Só: 2,6g, Ca: 64,1mg	E: 743kcal, zsír: 16,7g, tel.zsír: 2g, feh.: 17,8g, CH: 129g, Cuk: 20,6g, Só: 1,1g, Ca: 49,1mg	E: 914kcal, zsír: 25,3g, tel.zsír: 2,1g, feh.: 31,1g, CH: 130,7g, Cuk: 20,6g, Só: 1,4g, Ca: 68,5mg
2022.08.14 Vasárnap	Csontleves Levesbetét ⁽¹⁾ Rántott sertésszelet ^(1,3)	Sárgabarack krémleves ⁽⁷⁾ Rántott sertésszelet ^(1,3) Petrezselymes burgonya	Sárgabarack krémleves ⁽⁷⁾ Petrezselymes burgonya Natúr sertésborda	Sárgabarack krémleves ⁽⁷⁾ Petrezselymes burgonya Natúr sertésborda

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

Étlap
2022. augusztus 8. - 2022. augusztus 14.

Idősek

	Petrezselymes burgonya Kovászos uborka ⁽¹⁾	Kovászos uborka ⁽¹⁾	Cékla saláta	Cékla saláta
	E: 854kcal, zsír: 39,3g, tel.zsír: 4,2g, feh.: 28,3g, CH: 94,7g, Cuk: 0g, Só: 3,3g, Ca: 201,8mg	E: 764kcal, zsír: 29,9g, tel.zsír: 3g, feh.: 23,5g, CH: 97,7g, Cuk: 0g, Só: 3,1g, Ca: 69,4mg	E: 902kcal, zsír: 26,4g, tel.zsír: 1,5g, feh.: 32,3g, CH: 130,1g, Cuk: 39,8g, Só: 2,7g, Ca: 112,4mg	E: 902kcal, zsír: 26,4g, tel.zsír: 1,5g, feh.: 32,3g, CH: 130,1g, Cuk: 39,8g, Só: 2,7g, Ca: 112,4mg

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