



Gluténmentes, tejmentes, tojásmentes ételek

2021.11.22.-28.

| | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Étel | Palócleves sertéshússal, Színesfőzelék, gyros csirkefalatok, Alma | Lencsegulyás sertéshússal, Diós-baracklekváros tészta | Sárgabarackkrémleves, Esterházy csirkeragu, párolt rizsköret | Rántott sertéskaraj fűszeres bundában, hagymás törtburgonya, Citromos desszert | Májgaluskaleves, Filézett harcsapaprikás, főtt fodros kocka, édes káposztasaláta, Banán |
| Allergének | | dióféle, mustár | mustár | gluténmentes búzakeményítő | hal, zeller |
| Tápanyagértékek | | | | | |
| Energia_kcal | 708 | 783 | 700 | 757 | 703 |
| Fehérje_g | 31 | 23 | 20 | 22 | 30 |
| Zsír_g | 39 | 26 | 19 | 27 | 17 |
| Ebből_Telített_g | 6,8 | 3,1 | 4,3 | 10,8 | 2,6 |
| Szénhidrát_g | 61 | 114 | 107 | 103 | 109 |
| Ebből_Cukor_g | 1,2 | 23,4 | 23,2 | 21,0 | 9,5 |
| Só_g | 0,9 | 1,2 | 0,9 | 1,0 | 2,2 |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!