



Gluténmentes, tejmentes, tojásmentes ételek

2022.01.03-09.

| | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|------------------|--|---|--|--|--|
| Étel | Négy évszak zöldségleves, Kapros-növényitejszínes sertéstokány, párolt rizsköret, Alma | Sárgaborsókrémleves, Sertéspörkölt, főtt spagetti, csemege uborka | Kertészleves, Rántott csirkemell, steak burgonya, Vitamin saláta | Babgulyás sertéshússal házi galuskával, kézműves kenyérszeletek, Finomfőzelék, sült baromfikarikák | Karalábéleves daragaluskával, Rakott cukkini harcsafilével és kölessel |
| Allergének | | földimogyoró, mustár | zeller | gluténmentes búzakeményítő, zeller | hal |
| Tápanyagértékek | | | | | |
| Energia_kcal | 719 | 737 | 734 | 702 | 714 |
| Fehérje_g | 26 | 27 | 23 | 26 | 26 |
| Zsír_g | 27 | 29 | 25 | 32 | 34 |
| Ebből_Telített_g | 4,3 | 4,1 | 3,0 | 7,5 | 6,6 |
| Szénhidrát_g | 95 | 89 | 95 | 77 | 73 |
| Ebből_Cukor_g | 2,4 | 2,6 | 8,8 | 6,2 | 2,0 |
| Só_g | 1,2 | 1,4 | 1,5 | 2,1 | 1,4 |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!