



Gluténmentes, tejmentes, tojásmentes ételek

2022.01.10-16.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Étel	Lebbencsleves, Bácskai barnarizseshús (sertés), Alma	Brokkoli krémleves kölesgolyóval, Tárkonyos sertésragu, főtt spagetti, édes káposztasaláta	Habart zöldségleves, Kebab (csirke), pirított burgonya, csemege uborka	Bakonyi betyárleves, Rakott zöldbab kölessel (sertés), Narancs	Csirkeraguleves, Mákos tészta
Allergének		zeller, földimogyoró	mustár	zeller	zeller
Tápanyagértékek					
Energia_kcal	710	716	706	736	706
Fehérje_g	22	23	32	22	21
Zsír_g	32	34	35	40	20
Ebből_Telített_g	5,2	4,4	5,5	9,8	4,7
Szénhidrát_g	85	77	61	73	108
Ebből_Cukor_g	0,4	9,5	3,4	1,0	20,7
Só_g	1,3	1,3	1,2	0,9	2,0