

DrSÉF Kft.  
www.drsef.hu



# Étlap

06. hét

2023.02.06-12.

Iskola

Napi 1\*

Gluténmentes, tejmentes, tojásmentes ételek

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Étel	Palócleves sertéshússal, Színesfőzelék, csirkeburger falatok, Alma	Zöldborsóleves (habarás nélkül), Paradicsomos húsgombóc (sertés), sós burgonya	Karfiolkrémleves növényi sajttal, Kaliforniai csirkeragu, párolt rizsköret, Banán	Bográcsgulyás sertéshússal házi galuskával, Mákos tészta	Kapros gyalult töklevés, Vegyes magbundás párizsi csirkecombfilé, párolt zöldségek köntösben
Allergének	mustár	zeller			lenmag, szezámmag
Tápanyagértékek					
Energia_kcal	707	701	720	766	736
Fehérje_g	36	27	30	21	30
Zsír_g	33	35	20	29	37
Ebből_Telített_g	6,3	9,7	5,7	6,1	8,7
Szénhidrát_g	71	65	106	102	65
Ebből_Cukor_g	3,0	4,6	0,9	16,5	3,2
Só_g	2,4	0,8	1,4	1,6	1,1

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!