

DrSÉF Kft.
www.drséf.hu



Étlap

49. hét

Iskola

Napi 1*

Gluténmentes, tejmentes, tojásmentes ételek

2023.12.04-.10.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Étel	Habart zöldborsóleves bébiré pával, Kukoricás csirkeragu, főtt spagetti, Alma	Almás süttőklé, Bacon szalonnába göngyölt csirkecsíkok, steak burgonya, Mikulás meglepetés	Bakonyi betyárleves (csirke és sertés), Mákos guba	Növényitejszínes burgonyaleves, Rántott harcsafilé, kukoricás rizsköret, Csalamádé	Kakukkfűves-hajdinas pulykaraguleves, Magyaros zöldborsófőzelék, házi sertésroló, Narancs
Allergének			zeller, szóját nyomokban tartalmazhat		zeller
Tápanyagértékek					
Energia_kcal	734	705	796	701	731
Fehérje_g	29	28	19	26	33
Zsír_g	22	29	32	17	38
Ebből_Telített_g	3,5	7,8	7,3	2,3	9
Szénhidrát_g	100	79	103	108	63
Ebből_Cukor_g	6,9	9,1	33,2	9,3	9
Só_g	1,4	1,5	0,6	2,4	0

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!