

DrSÉF Kft.  
www.drséf.hu



# Étlap

02. hét

Iskola

Napi 1\*

Gluténmentes, tejmentes, tojásmentes ételek

2024.01.08.-14.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Étel	Zöldbableves, Mexikói marhatokány, párolt rizsköret, vitamin saláta	Alföldi gulyásleves (csirkehússal), Meggyes - mákos rakott tészta	Csicseriborsókrémleves krutonnal, Burgonyával rakott csirke	Húsgaluskaleves, Színesfőzelék, házi sertésfasírt, Banán	Habart karfiolleves, Rántott harcsafilé, kemencés zöldségek
Allergének		zeller		zeller	zeller
Tápanyagértékek					
Energia_kcal	615	906	734	734	723
Fehérje_g	32	26	33	25	26
Zsír_g	18	42	31	42	30
Ebből_Telített_g	1,9	11,4	9,0	10,0	4
Szénhidrát_g	81	101	78	75	86
Ebből_Cukor_g	5,0	9,8	3,9	1,4	2
Só_g	1,2	1,8	1,6	0,4	2

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!