

Gluténmentes, tejmentes, tojásmentes ételek

2024.01.22.-28.

| | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|------------------|--|---|--|---|---|
| Étel | Bazsalikomos rizses zöldségleves, Téli rakottas csirkehússal, kölessel, Alma | Csontleves cérnametélttel és vegyes zöldséggel, Rántott sertéskaraj, burgonyapüré, csemege uborka | Almás süttőtöklé, Tejszínes (növényi) sertésapró, párolt rizsköret | Sertésraguleves házi galuskával, Zöldborsófőzelék, Afrikai harcsafasírt | Hansági csirkegulyás, Mac and cheese (növényi), Narancs |
| Allergének | zeller | mustár, zeller | | zeller | zeller |
| Tápanyagértékek | | | | | |
| Energia_kcal | 722 | 706 | 735 | 705 | 725 |
| Fehérje_g | 31 | 25 | 25 | 35 | 19 |
| Zsír_g | 28 | 25 | 32 | 31 | 15 |
| Ebből_Telített_g | 9,9 | 6,4 | 6,3 | 3,6 | 6 |
| Szénhidrát_g | 86 | 90 | 86 | 62 | 125 |
| Ebből_Cukor_g | 2,9 | 1,7 | 6,3 | 9,5 | 5 |
| Só_g | 2,0 | 2,1 | 1,2 | 0,9 | 2 |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!