

DrSÉF Kft.  
www.drséf.hu



# Étlap

10. hét

Iskola

Napi 1\*

Gluténmentes, tejmentes, tojásmentes ételek

2024.03.04.-10.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Étel	Zöldborsóleves húsgaluskával (habarás nélkül), Brokkolis-sonkás penne bundában, Mandarin	Bográcsgulyás sertéshússal házi galuskával, Mexikói főzelék, Afrikai harcsafasírt, Banán	Habart gombaleves, Kebab (csirke), steak burgonya, édes káposztasaláta	Lecsókrémleves krutonnal, Budapest sertésszelet, párolt rizsköret	Csontleves kiskockával és vegyes zöldséggel, Rakott cukkini sertéshússal és kölessel, Alma
Allergének					zeller
Tápanyagértékek					
Energia_kcal	730	756	702	704	721
Fehérje_g	25	33	40	37	19
Zsír_g	30	25	32	26	37
Ebből_Telített_g	10,0	3,2	5,5	8,8	11
Szénhidrát_g	89	99	61	77	79
Ebből_Cukor_g	4,5	0,9	8,8	1,7	1
Só_g	2,4	1,3	1,9	1,1	1

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!