

DrSÉF Kft.  
www.drséf.hu



# Étlap

11. hét

Iskola

Napi 1\*

Gluténmentes, tejmentes, tojásmentes ételek

2025.03.10.-15.

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Étel	Paradicsomleves betűtésztával, Kaliforniai csirkeragu, párolt rizsköret, Vitamin saláta	Almás sütőtöklé, Görögfűszeres csirkecomb, hagymás törtburgonya, csemege uborkával	Habart karfiolleves, Filézett harcsapaprikás, házi nokedli, Alma	Bográcsgulyás pulykahússal házi galuskával, Darás metélt sárgabaracklekvárral	Zöldséges húsgombócleves, Besamellel borított zöldségek sertéshússal rakva
Allergének	zeller	mustár			zeller
Tápanyagértékek					
Energia_kcal	708	744	702	755	765
Fehérje_g	32	37	29	15	37
Zsír_g	19	33	18	10	48
Ebből_Telített_g	3,5	7,5	2,1	1,5	9
Szénhidrát_g	99	72	108	145	51
Ebből_Cukor_g	15,7	8,1	0,9	44,7	1
Só_g	1,8	1,4	1,0	1,1	2

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!