

DrSÉF Kft.
www.drséf.hu



Étlap

12. hét

2025.03.17.-23.

Iskola

Napi 1*

Gluténmentes, tejmentes, tojásmentes ételek

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Étel	Magyaros zöldségleves kagylótésztával, Tavaszi rizseshús (sertés)	Alföldi habart zöldségleves, Bakonyi csirkeragu, tört burgonya, csemege uborkával	Lencsegulyás sertéshússal, Fahéjas almazósz, párolt csirkemell, Narancs	Májgaluskaleves, Milánói spagetti csirkemellsonkával, Banán	Habart zöldbableves, Palóc pecsenye (sertés), kemencés zöldségek
Allergének	zeller	mustár, zeller	mustár	zeller	
Tápanyagértékek					
Energia_kcal	703	710	702	740	703
Fehérje_g	28	30	40	26	36
Zsír_g	32	32	13	17	35
Ebből_Telített_g	4,9	6,7	2,4	6,3	7
Szénhidrát_g	72	69	104	122	63
Ebből_Cukor_g	2,8	3,3	9,9	8,3	2
Só_g	0,6	2,9	1,2	3,5	1

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!