

Étlap

	hétfő 2021.02.22	kedd 2021.02.23	szerda 2021.02.24	csütörtök 2021.02.25	péntek 2021.02.26
Tízórai	Fahéjas csiga, E:1 075(Kj) 257(KCal)F: 4(g)Kol: 0(g)Sz: 31(g)Zsir: 12(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 20(mg)Allergén:Glutén,Tojás,☐	Zsemle, Delma Light, Kárpát szalámi, Uborka kigyó, E:1 582(Kj) 378(KCal)F: 11(g)Kol: 0(g)Sz: 63(g)Zsir: 8(g)Cuk: 0(g)Só:2,19(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 63(mg)Allergén:Glutén,☐	Kenyér, Körözött, Póréhagyma, E:1 107(Kj) 265(KCal)F: 14(g)Kol: 33(g)Sz: 32(g)Zsir: 8(g)Cuk: 1(g)Só:1,37(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 67(mg)Allergén:Glutén,Tej,☐	Almás lepény, E:2 420(Kj) 579(KCal)F: 15(g)Kol: 38(g)Sz: 85(g)Zsir: 19(g)Cuk: 13(g)Só:0,08(g)Tel.Zs: 1(g)Ca: 104(mg)Allergén:Glutén,Tej,Tojás,Diófélék,	Kenyér, Sajtkrém, Uborka kigyó, E: 807(Kj) 193(KCal)F: 29(g)Kol: 18(g)Sz: 28(g)Zsir: 6(g)Cuk: 0(g)Só:0,92(g)Tel.Zs: 1(g)Ca: 81(mg)Allergén:Glutén,☐
Ebéd	Gyümölcs leves, Sertéspaprikás, Tészta köret, E:3 043(Kj) 728(KCal)F: 24(g)Kol:111(g)Sz: 86(g)Zsir: 28(g)Cuk: 13(g)Só:2,57(g)Tel.Zs: 3(g)Ca: 307(mg)Allergén:Tej,Glutén,Tojás,☐	Jókai bableves, Fánk, E:2 426(Kj) 580(KCal)F: 20(g)Kol: 33(g)Sz: 64(g)Zsir: 26(g)Cuk: 1(g)Só:3,38(g)Tel.Zs: 3(g)Ca: 94(mg)Allergén:Szójabab,Glutén,Tej,Tojás,	Zöldség leves, Sertéshús falatok, Citromos vajmártás, Bulgur, E:2 525(Kj) 604(KCal)F: 21(g)Kol: 44(g)Sz: 91(g)Zsir: 14(g)Cuk: 0(g)Só:5,34(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 85(mg)Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,Tej,☐	Pirított tészta leves, Finomfőzelék, Rántott pulykamell, Sajtos rúd, E:4 192(Kj) 1 003(KCal)F: 34(g)Kol:302(g)Sz:100(g)Zsir: 50(g)Cuk: 6(g)Só:2,00(g)Tel.Zs: 3(g)Ca: 388(mg)Allergén:Glutén,Tojás,Tej,☐	rostoslé 0,2 l, Göngyölthús, Főtt burgonya, Céklasaláta, E:2 650(Kj) 634(KCal)F: 28(g)Kol: 67(g)Sz:107(g)Zsir: 8(g)Cuk: 4(g)Só:3,55(g)Tel.Zs: 1(g)Ca: 119(mg)Allergén:Glutén,Tojás,☐
Uzsonna	Tönköly kocka, E: 933(Kj) 223(KCal)F: 7(g)Kol: 0(g)Sz: 35(g)Zsir: 4(g)Cuk: 1(g)Só:0,95(g)Tel.Zs: 1(g)Ca: 0(mg)Allergén:Glutén,☐	Sajtos croissant, E: 982(Kj) 235(KCal)F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 20(g)Zsir: 6(g)Cuk: 6(g)Só:0,03(g)Tel.Zs: 6(g)Ca: 20(mg)Allergén:☐	Pizzás kifli, E: 979(Kj) 234(KCal)F: 9(g)Kol: 0(g)Sz: 25(g)Zsir: 10(g)Cuk: 0(g)Só:0,00(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 70(mg)Allergén:Glutén,☐	Rozsos zsemle, Delma Light, Sonkás felvágott, Zöldpaprika, E:1 089(Kj) 261(KCal)F: 14(g)Kol: 18(g)Sz: 30(g)Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:2,08(g)Tel.Zs: 3(g)Ca: 59(mg)Allergén:Glutén,☐	Szerelmes levél, E:1 099(Kj) 263(KCal)F: 8(g)Kol: 0(g)Sz: 50(g)Zsir: 2(g)Cuk: 2(g)Só:0,01(g)Tel.Zs: 1(g)Ca: 59(mg)Allergén:Glutén,☐

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Lafisoft program <http://www.lafisoft.hu> V 2.2.1 Tel:77-425-262 lafiSoft@lafisoft.hu

Élelmezésvezető