

Étlap

	hétfő 2022.09.26	kedd 2022.09.27	szerda 2022.09.28	csütörtök 2022.09.29	péntek 2022.09.30
Tízórai	Kakaós csiga kelt tészta, E:1 731(Kj) 414(KCal)E: 12(g)Kol: 37(g)Sz: 81(g)Zsir: 3(g)Cuk: 18(g)Só:0,32(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 84(mg)Allergén:Glutén,Tej,Szójabab,Tojás,	Zsemle, Lönchús, Delma Light, Zöldpaprika, E:3 003(Kj) 719(KCal)E: 29(g)Kol:137(g)Sz: 66(g)Zsir: 35(g)Cuk: 0(g)Só:4,08(g)Tel.Zs: 5(g)Ca: 55(mg)Allergén:Glutén,□	Kenyér, Delma Light, Zala felvágott, Uborka kígyó, E:1 099(Kj) 263(KCal)E: 8(g)Kol: 26(g)Sz: 27(g)Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:1,45(g)Tel.Zs: 4(g)Ca: 30(mg)Allergén:Glutén,Szójabab,□	Korpás kifli, gyümölcsös-ízű joghurt epres barackos, E:3 068(Kj) 734(KCal)E: 24(g)Kol: 0(g)Sz:138(g)Zsir: 7(g)Cuk: 0(g)Só:1,00(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 44(mg)Allergén:Glutén,□	Kenyér, Körözött, Póréhagyma, E:1 107(Kj) 265(KCal)E: 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,□
Ebéd	Zöldség leves, Tejszínes kukoricás húsfalatok, Párolt rizs, E:2 713(Kj) 649(KCal)E: 35(g)Kol: 36(g)Sz: 92(g)Zsir: 14(g)Cuk: 0(g)Só:1,51(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 95(mg)Allergén:Zeller,Glutén,Tojás,□	Pirított tészta leves, Burgonya főzelék, Vagdalt, E:2 848(Kj) 681(KCal)E: 22(g)Kol: 56(g)Sz: 80(g)Zsir: 30(g)Cuk: 2(g)Só:1,43(g)Tel.Zs: 3(g)Ca: 125(mg)Allergén:Glutén,Tojás,Tej,□	Tárkonyos sertés raguleves, Fánk, E:1 917(Kj) 459(KCal)E: 14(g)Kol: 23(g)Sz: 47(g)Zsir: 23(g)Cuk: 1(g)Só:1,01(g)Tel.Zs: 1(g)Ca: 86(mg)Allergén:Mustár,Tej,Glutén,Tojás,Zel ler,	Málgombóclevés, Hortobágyi sertés tokány, Tészta köret, E:3 052(Kj) 730(KCal)E: 23(g)Kol: 97(g)Sz: 68(g)Zsir: 36(g)Cuk: 0(g)Só:1,90(g)Tel.Zs: 7(g)Ca: 110(mg)Allergén:Tojás,Glutén,Zeller,□	rostoslé 0,2 l, Mustáros sertés karaj, Petrezselymes burgonya, Csemegeuborka, E:2 005(Kj) 480(KCal)E: 16(g)Kol: 30(g)Sz: 74(g)Zsir: 11(g)Cuk: 1(g)Só:2,02(g)Tel.Zs: 2(g)Ca: 72(mg)Allergén:Glutén,Mustár,Kén-dioxid,□
Uzsonna	Zsemle, Delma Light, Lapka sajt, Uborka kígyó, E:1 235(Kj) 295(KCal)E: 10(g)Kol: 0(g)Sz: 33(g)Zsir: 13(g)Cuk: 0(g)Só:1,14(g)Tel.Zs: 6(g)Ca: 220(mg)Allergén:Glutén,Tej,□	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,□	Sajtos kifli, E: 631(Kj) 151(KCal)F: 5(g)Kol: 0(g)Sz: 30(g)Zsir: 1(g)Cuk: 1(g)Só:0,30(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 170(mg)Allergén:Glutén,Tej,□	Rozsos zsemle, Delma Light, Sonkás felvágott, Uborka kígyó, E:1 082(Kj) 259(KCal)E: 13(g)Kol: 18(g)Sz: 30(g)Zsir: 9(g)Cuk: 0(g)Só:2,08(g)Tel.Zs: 3(g)Ca: 63(mg)Allergén:Glutén,□	Lekváros bukta, E:1 348(Kj) 322(KCal)E: 76(g)Kol: 0(g)Sz:566(g)Zsir: 62(g)Cuk: 0(g)Só:1,00(g)Tel.Zs: 0(g)Ca: 300(mg)Allergén:Glutén,Tojás,□

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

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

Élelmezésvezető