

Normál

# Étlap

2018. december 24 - 2018. december 30

Étkezés	2018.12.24 Hétfő	2018.12.25 Kedd	2018.12.26 Szerda	2018.12.27 Csütörtök	2018.12.28 Péntek	2018.12.29 Szombat	2018.12.30 Vasárnap
<b>Reggeli</b>	Tea, Tej. . . . .7, Téliszalámis Medvesajt7, Margarin, Kenyér1, .1,7	Tea, Tej. . . . .7, Toast sonka6, Margarin, Kenyér1, .1,7	Tea, Tej. . . . .7, Natúr vajkrém7, Kenyér1, .1,7	Tea, Tej. . . . .7, Vegyesvirág- méz, Vaj, Kenyér1, .1,7	Tea, Tej. . . . .7, Tejeskávé7, Margarin, Csíkos kalács1,3,7, .1,7	Tea, Tej. . . . .7, Baromfi párizsi1,6, Margarin, Kenyér1, .1,7	Tea, Tej. . . . .7, Szilva dzsem, Margarin, Kenyér1, .1,7
<b>Tízórai</b>	Alma	Mandarin	Körte befőtt	Alma	Epres túró rudi5,7	Alma befőtt	Kakaós keksz1,3,7
<b>Ebéd</b>	Halászlé.....4, Túrós guba1,7, Bor	Újházi jérceleves1,3,9, Fűszeres pulykasült, Vajas törtburgonya, Gyümölcs-saláta	Csontleves1,3,9, Töltött káposzta1,7, Bor	Zöldség- krémleves1,7, / pirított kenyérkockával1, Hentestokány1,6, Párolt rizs	Daragaluska- leves.....1,3,9, Gombapaprikás1,7, Főtt tészta1, Csemege uborka	Zsemlegombóc leves.....1,3,9, Tojáslepeny1,3,7, Parajmártás1,7, Burgonya krokett	Zöldborsóleves1,3,9, Rántott csirkemell1,3, Burgonyapüré7, Őszibarack befőtt
<b>Uzsonna</b>	Narancsital	Zserbó szelet1,3,7,8	Gesztenyepüre7	Sárgabarackos ivójoghurt7	Csokoládés nápolyi1	Málnás fonott1,3,7	Sütemény1,3,7
<b>Vacsora</b>	Rántott halfilé1,3,4, Ecetes burgonya-saláta, Diós-Mákos beigli1,3,7,8, Tea, .1,7	Sajtkrém rudacskák1,3,7, Fahéjas almakompót, Tea, .1,7	Herkules szalámi, Vaj, Csemege uborka, Kenyér1, Tea, .1,7	Bélszínroló6, Majonézes kukorica- saláta3,7,10, Tea, .1,7	Köményes Óvári sajt7, Vaj, Retek, Kenyér1, Tea, .1,7	Disznósajt, Paprika, Kenyér1, Tea, .1,7	Zala felvágott6, Margarin, Paradicsom, Kenyér1, Tea, .1,7
Energia:	3 977,77kcal	2 931,16kcal	2 713,44kcal	2 820,22kcal	2 456,62kcal	2 484,84kcal	2 934,39kcal
Zsír:	148,73g	118,87g	125,39g	146,36g	92,22g	107,21g	120,98g
Fehérje:	132,47g	97,83g	69,36g	77,13g	83,53g	81,89g	93,16g
Szénhidrát:	489,51g	352,96g	309,03g	287,66g	304,19g	284,27g	385,67g
Só:	8,61g	3,78g	8,73g	12,55g	9,21g	13,34g	9,64g

A változtatás jogát fenntartjuk!

### Allergének:

- |   |  |                 |
|---|--|-----------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona              | 7. Tej és abból készült termékek       | 13. Puhatestűek |
| 2. Rákkfélek és azokból készült termékek  | 8. Diófélék                            | 14. Csillagfűrt |
| 3. Tojás és abból készült termékek        | 9. Zeller és abból készült termékek    |                 |
| 4. Halak és azokból készült termékek      | 10. Mustár és abból készült termékek   |                 |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 11. Szezámag és abból készült termékek |                 |
| 6. Szójabab és abból készült termékek     | 12. Kén-dioxid                         |                 |