

Étlap

21. hét

2024. május 20 - 2024. május 24

Étlap: D+M Kft.

Korcsoport:

Étkezés	2024.05.20 Hétfő	2024.05.21 Kedd	2024.05.22 Szerda	2024.05.23 Csütörtök	2024.05.24 Péntek
Tízórai		Fekete ribizli tea ¹² Vaj ⁷ Fehér formakenyér ¹ Sárgabarack lekvár E: 384,35kcal, Zsír: 16,50g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 4,04g, CH: 53,69g, Cuk: 23,57g Só: 0,77g, Ca: 10,25mg	Tejeskávé ⁷ Pannini ^{**1} E: 298,72kcal, Zsír: 4,85g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 10,79g, CH: 51,46g, Cuk: 9,99g Só: 0,45g, Ca: 228,00mg	Trópusi gyümölcsstea ¹² Borzas kenyér ^{1,7} E: 384,56kcal, Zsír: 15,34g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 15,15g, CH: 37,43g, Cuk: 10,04g Só: 1,71g, Ca: 240,00mg	Vadmálnás tea ¹² Flóra margarin ⁷ TK formakenyér ¹ Kígyó uborka Sertéspárizsi ^{1,6,7} E: 327,96kcal, Zsír: 9,71g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 8,75g, CH: 41,72g, Cuk: 9,05g Só: 1,56g, Ca: 10,50mg
Ebéd		Húsgomboc leves ^{*1,3,7,9,10} Sajtos-tejfölös tészta ^{1,3,7} E: 750,73kcal, Zsír: 33,95g, Tel.zsír.: 1,73g Feh.: 28,78g, CH: 83,13g, Cuk: 0,00g Só: 1,84g, Ca: 238,27mg	Kertész leves ^{1,3,7,9,10} Fejttet babfőzelék ^{1,7} Főtt-füstölt comb Szezonális gyümölcs E: 709,48kcal, Zsír: 27,15g, Tel.zsír.: 1,48g Feh.: 25,34g, CH: 87,05g, Cuk: 3,20g Só: 1,98g, Ca: 47,85mg	Vegyesgyümölcs-leves ^{1,7} Sertéspörkölt ¹ Tésztaköret koleszterin mentes ¹ Vitamin saláta E: 870,49kcal, Zsír: 43,16g, Tel.zsír.: 2,16g Feh.: 27,00g, CH: 99,13g, Cuk: 10,39g Só: 0,42g, Ca: 76,01mg	Zöldséges lencse krémleves ^{1,7,9} Leves gyöngy ¹ Kukoricapehely morzsás csirkemell csík ^{1,3,7} Petrezselymes burgonya Céklasaláta csökkentett só E: 1 092,28kcal, Zsír: 57,71g, Tel.zsír.: 1,48g Feh.: 31,26g, CH: 105,79g, Cuk: 5,59g Só: 2,54g, Ca: 58,93mg
Uzsonna		Flóra margarin ⁷ TK zsemle ¹ Paradicsom Soproni felvágott ^{1,6,7} E: 252,11kcal, Zsír: 5,94g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 9,43g, CH: 31,12g, Cuk: 0,04g Só: 0,84g, Ca: 4,20mg	TK zsemle ¹ Zöldfűszeres vajkrém ⁷ Jégcsapretek E: 264,47kcal, Zsír: 12,60g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 5,54g, CH: 31,07g, Cuk: 0,04g Só: 0,84g, Ca: 5,56mg	Bords Eve csök.zsírartalmú margarin ^{7,11} Korpás zsemle sószegény ¹ Zöldséges szelet ^{6,10} E: 107,31kcal, Zsír: 9,61g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 3,34g, CH: 2,19g, Cuk: 0,00g Só: 0,94g, Ca: 0,00mg	Burgonyás croissant málna töltelékkel ^{1,7,12} E: 152,61kcal, Zsír: 6,00g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 2,25g, CH: 22,00g, Cuk: 0,00g Só: 0,80g, Ca: 0,00mg

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!
Normál, diétás étlap elérhető: mfk.bp13.hu
Konyha vezető. Jó étvágyat kívánunk

Allergének: 1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezámgyökér és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt