

Étlap

22. hét

2024. május 27 - 2024. május 31

Étlap: D+M Kft.

Korcsoport:

Étkezés	2024.05.27 Hétfő	2024.05.28 Kedd	2024.05.29 Szerda	2024.05.30 Csütörtök	2024.05.31 Péntek
Tízórai	Narancs-gránátalma tea ¹² Vaj ⁷ Fehér formakenyér ¹ Méz	Tej ^{1,5%} ⁷ Félbarna kenyér ¹ Mogyorókrém ^{1,5,6,7,8}	Multivitaminos gyümölcsstea Burgonyás kenyér ¹ Póréhagymás tojáskrém ^{3,7}	Tejeskávé ⁷ Molnárka 50g ¹	Jó reggelt gyümölcsstea ¹² TK formakenyér ¹ Jégcsapretek Sajtkrém natúr ⁷
	E: 375,83kcal, Zsír: 16,50g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 4,01g, CH: 51,75g, Cuk: 24,19g Só: 0,77g, Ca: 13,00mg	E: 357,50kcal, Zsír: 9,74g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 12,42g, CH: 53,74g, Cuk: 9,60g Só: 0,90g, Ca: 228,00mg	E: 250,09kcal, Zsír: 5,51g, Tel.zsír.: 2,32g Feh.: 5,06g, CH: 43,83g, Cuk: 9,99g Só: 1,13g, Ca: 3,16mg	E: 362,53kcal, Zsír: 7,21g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 11,56g, CH: 61,36g, Cuk: 13,79g Só: 0,40g, Ca: 228,00mg	E: 345,84kcal, Zsír: 16,15g, Tel.zsír.: 9,16g Feh.: 7,37g, CH: 41,47g, Cuk: 8,05g Só: 1,37g, Ca: 59,20mg
Ebéd	Serpenyős burgonya sertéshússal Ivólé Csemege uborka Szezonális gyümölcs	Fokhagymakrém leves ^{1,7} Leves gyöngy ¹ Dunai csirkeragu ¹ Bulgur ¹	Zöldséges karfiolleves ^{1,3,7,9,10} Burgonyafőzelék ^{1,7} Virsl ^{1,6,7} Szezonális gyümölcs	Daragaluska-leves ^{1,3,7,9,10} Gyros csirke ^{1,7,10} Joghurtos öntet ⁷ Párolt rizs	Zöldborsó leves ^{1,3,7,9,10} Csoki öntet ^{1,7} Piskóta kocka
	E: 700,45kcal, Zsír: 18,50g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 25,69g, CH: 98,86g, Cuk: 0,70g Só: 0,18g, Ca: 15,33mg	E: 941,76kcal, Zsír: 34,44g, Tel.zsír.: 0,99g Feh.: 43,13g, CH: 115,77g, Cuk: 2,80g Só: 0,52g, Ca: 29,06mg	E: 660,67kcal, Zsír: 25,52g, Tel.zsír.: 1,73g Feh.: 18,73g, CH: 81,80g, Cuk: 0,00g Só: 1,81g, Ca: 69,38mg	E: 970,21kcal, Zsír: 40,03g, Tel.zsír.: 2,93g Feh.: 41,10g, CH: 108,43g, Cuk: 0,00g Só: 1,33g, Ca: 227,26mg	E: 734,72kcal, Zsír: 16,40g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 24,29g, CH: 121,58g, Cuk: 46,46g Só: 0,47g, Ca: 186,19mg
Uzsonna	Flóra margarin ⁷ TK zsemle ¹ Zöldpaprika Francia Baromfi szelet ^{1,6,7}	Bords Eve Olívaolajjal ⁷ Korpás zsemle sószegény ¹ Lapka sajt ⁷ Kígyó uborka	Flóra margarin ⁷ Lenmagos TK zsemle ^{1,11} Diákcsemege ^{1,6,7}	Delma multivitamin margarin TK zsemle ¹ Kaliforniai paprika	Pizzás csiga / Pék ¹
	E: 267,55kcal, Zsír: 8,36g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 7,82g, CH: 31,40g, Cuk: 0,04g Só: 1,59g, Ca: 3,60mg	E: 63,39kcal, Zsír: 6,32g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 0,71g, CH: 1,20g, Cuk: 0,00g Só: 0,14g, Ca: 4,50mg	E: 345,04kcal, Zsír: 14,52g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 9,69g, CH: 33,93g, Cuk: 0,22g Só: 1,52g, Ca: 0,00mg	E: 190,74kcal, Zsír: 4,53g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 4,71g, CH: 31,75g, Cuk: 0,04g Só: 0,84g, Ca: 0,00mg	E: 207,94kcal, Zsír: 9,65g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 3,30g, CH: 25,50g, Cuk: 2,05g Só: 0,30g, 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. Rákkfélek 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. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt