

Etlap

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.07.13.	Kedd 2026.07.14.	Szerda 2026.07.15.	Csütörtök 2026.07.16.	Péntek 2026.07.17.
Ebéd	-Paradicsomleves betűtésztaval (G, T) -Zöldborsó főzelék (L, G) -Aprópecsenye - -Somlói fehér kenyér (G) S:4,7, E:898,0, ZS:32,9, T:19,9, F:48,7, CH:94,0, C:0,9, Ca:131,4	-Meggyleves (L, O, G) -Bolognai spagetti (G, T, L, Z, O, M) S:0,8, E:816,0, ZS:20,1, T:10,1, F:39,3, CH:116,8, C:6,7, Ca:243,0	-Sertésraguleves (G, L, T, Z, O, M) -Szilvás gombóc (G) -Görögdinnye S:2,4, E:1 042,0, ZS:16,7, T:7,9, F:22,2, CH:43,0, C:25,9, Ca:63,9	-Brokkoli krémleves levesgyönggyel (L, O, G, T, Z, M) -Mexicói rizseshús (G, L, T, Z, O, M) S:3,6, E:864,0, ZS:29,6, T:16,5, F:42,9, CH:97,6, C:3,7, Ca:43,1	-Burgonya leves (G, L, T, Z, O, M) -Csikós tokány - (G, L, T, Z, O, M) -Szarvacska tészta (G, T) S:3,0, E:1 003,0, ZS:40,3, T:22,5, F:44,0, CH:113,4, C:6,0, Ca:53,1
Összesen	S:4,7, E:898,0, ZS:32,9, T:19,9, F:48,7, CH:94,0, C:0,9, Ca:131,4	S:0,8, E:816,0, ZS:20,1, T:10,1, F:39,3, CH:116,8, C:6,7, Ca:243,0	S:2,4, E:1 042,0, ZS:16,7, T:7,9, F:22,2, CH:43,0, C:25,9, Ca:63,9	S:3,6, E:864,0, ZS:29,6, T:16,5, F:42,9, CH:97,6, C:3,7, Ca:43,1	S:3,0, E:1 003,0, ZS:40,3, T:22,5, F:44,0, CH:113,4, C:6,0, Ca:53,1

Jó étvágyat!

Jelmagyarozat:	Allergén jelmagyarozat:
S: só (g)	G: glutén, gabonák
ZS: zsír (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek
F: fehérje (g)	T: tojás, fehérje
C: cukor (g)	F: földmüvelés

Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfű
R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
H: halak	S: szeszamag	
O: szója	K: szulfonok, kénhidrogén	