EPER

Etlap

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.08.10.	Kedd 2026.08.11.	Szerda 2026.08.12.	Csütörtök 2026.08.13.	Péntek 2026.08.14.
Ebéd	-Burgonya leves (G, L, T, Z, O, M) -Vajbab főzelék (L, G) -Pörkölt (G, L, T, Z, O, M) -Somlói fehér kenyér (G)	-Brokkoli krémleves levesgyönggyel (L, O, G, T, Z, M) -Bolognai spagetti (G, T, L, Z, O, M)	-Raguleves - zöldborsós (G, L, T, Z, O, M) -Szilvalekváros derelye (G, T, O, M, S) -Görögdinnye	-Zöldség leves kiskagyló tésztával (G, L, T, Z, O, M) -Sárgaborsó főzelék (G) -Aprópecsenye - -Somlói fehér kenyér (G)	-Gyümölcsleves - (L, O, G) -Zöldborsós csirkemell (G, L, T, Z, O, M) -Petrezselymes rizs -
	S:4,7, E:710,0, ZS:23,1, T:11,1, F:36,4, CH:79,4, C:6,9, Ca:124,7	S:2,2, E:802,0, ZS:24,9, T:12,1, F:46,3, CH:95,5, C:8,2, Ca:197,1	S:3,2, E:881,0, ZS:46,2, T:10,5, F:37,8, CH:136,0, C:28,3, Ca:78,8	S:4,8, E:930,0, ZS:33,7, T:21,3, F:52,6, CH:87,0, C:9,4, Ca:77,2	S:1,4, E:951,0, ZS:20,0, T:17,3, F:41,9, CH:139,0, C:5,2, Ca:76,6
Összesen	S:4,7, E:710,0, ZS:23,1, T:11,1, F:36,4, CH:79,4, C:6,9, Ca:124,7	S:2,2, E:802,0, ZS:24,9, T:12,1, F:46,3, CH:95,5, C:8,2, Ca:197,1	S:3,2, E:881,0, ZS:46,2, T:10,5, F:37,8, CH:136,0, C:28,3, Ca:78,8	S:4,8, E:930,0, ZS:33,7, T:21,3, F:52,6, CH:87,0, C:9,4, Ca:77,2	S:1,4, E:951,0, ZS:20,0, T:17,3, F:41,9, CH:139,0, C:5,2, Ca:76,6

Jó étvágyat kívánunk! Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

Augusztus 8.án konyhánk nem üzemel

Jelmagyarázat:

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
C: cukor (g)
E: energia (kcal)
T: telített zsírsav (g)
CH: szénhidrát (g)
Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró
Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója
D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezámmag
K: szulfitok, kéndioxid
C: csillagfürt
P: puhatestűek