EPER

Etlap

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2026.08.17.	Kedd 2026.08.18.	Szerda 2026.08.19.	Csütörtök 2026.08.20.	Péntek 2026.08.21.
Ebéd	-Rántott leves zsemlekockával (G) -Székelykáposzta (L, G, T, Z, O, M) -Somlói fehér kenyér (G)	-Tavaszi leves (G, L, T, Z, O, M) -Tarhonyás hús - (G, T, L, Z, O, M) -Csemege uborka	-Raguleves - csirkemell húsból eperlevél tésztával O (G, L, T, Z, O, M) -Mákos guba (L, G, O, S) -Görögdinnye		
	S:4,0, E:693,0, ZS:29,6, T:17,9, F:34,9, CH:65,2, C:2,0, Ca:43,3	S:3,7, E:699,0, ZS:19,6, T:9,6, F:39,0, CH:88,2, C:9,2, Ca:25,0	S:3,6, E:894,0, ZS:28,0, T:7,6, F:42,4, CH:112,7, C:7,7, Ca:221,7		
Összesen	S:4,0, E:693,0, ZS:29,6, T:17,9, F:34,9, CH:65,2, C:2,0, Ca:43,3	S:3,7, E:699,0, ZS:19,6, T:9,6, F:39,0, CH:88,2, C:9,2, Ca:25,0	S:3,6, E:894,0, ZS:28,0, T:7,6, F:42,4, CH:112,7, C:7,7, Ca:221,7	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0

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