

Étlap

17. hét

2024. április 22 - 2024. április 26

Étlap: D+M Kft.

Korcsoport:

Étkezés	2024.04.22 Hétfő	2024.04.23 Kedd	2024.04.24 Szerda	2024.04.25 Csütörtök	2024.04.26 Péntek
Tízórai	Trópusi gyümölcsstea ¹² Félbarna kenyér ¹ Kenőmájás ^{1,6,7} E: 196,31kcal, Zsír: 0,76g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 4,45g, CH: 41,74g, Cuk: 9,99g Só: 0,92g, Ca: 0,08mg	Tej ^{1,5%} ⁷ Csokis gabonagolyó ^{1,5,6,7,8,11} E: 246,75kcal, Zsír: 4,20g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 10,00g, CH: 40,20g, Cuk: 0,00g Só: 0,00g, Ca: 228,00mg	Vadmálnás tea ¹² Vaj ⁷ TK formakenyér ¹ Sárgabarack lekvár E: 405,88kcal, Zsír: 16,72g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 5,04g, CH: 57,34g, Cuk: 22,63g Só: 0,90g, Ca: 10,25mg	Erdei gyümölcsstea Korpás kenyér ¹ Póréhagymás tojáskrém ^{3,7} E: 238,40kcal, Zsír: 5,51g, Tel.zsír.: 2,32g Feh.: 5,00g, CH: 41,06g, Cuk: 7,99g Só: 1,40g, Ca: 3,16mg	Tej ^{1,5%} ⁷ TK kifli sószegény ¹ E: 259,83kcal, Zsír: 4,89g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 11,24g, CH: 41,40g, Cuk: 0,84g Só: 0,79g, Ca: 228,00mg
Ebéd	Serpenyős burgonya sertéshússal Ivólé Félbarna kenyér ¹ Céklasaláta csökkentett só E: 795,89kcal, Zsír: 18,90g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 29,18g, CH: 120,40g, Cuk: 5,59g Só: 1,57g, Ca: 15,33mg	Sajtkrémleves ^{1,3,7,9,10} Leves gyöngy ¹ Tavaszirizses- sertéshús Vitamin saláta E: 852,99kcal, Zsír: 36,88g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 37,95g, CH: 86,30g, Cuk: 1,92g Só: 1,59g, Ca: 285,18mg	Zöldborsó leves ^{1,3,7,9,10} Milánói makaróni szárnyas húsból ^{1,7} Szezonális gyümölcs E: 863,04kcal, Zsír: 27,52g, Tel.zsír.: 5,68g Feh.: 39,12g, CH: 110,28g, Cuk: 2,40g Só: 2,25g, Ca: 137,60mg	Vegyesgyümölcs-leves ^{1,7} Panírozott hal-rúd sütőben ^{1,3,4,7} Párolt rizs Light-tartármártás ^{1,3,5,6,7} E: 871,00kcal, Zsír: 29,69g, Tel.zsír.: 3,09g Feh.: 22,24g, CH: 131,81g, Cuk: 16,01g Só: 0,23g, Ca: 69,94mg	Paradicsom leves ^{1,3,7,9} Fokhagymás sertésborda ^{1,7} Petrezselymes burgonya Csemege uborka E: 682,15kcal, Zsír: 24,80g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 29,15g, CH: 80,62g, Cuk: 12,69g Só: 0,34g, Ca: 42,56mg
Uzsonna	Bords Eve Olívaolajjal ⁷ TK zsemle ¹ Zöldpaprika E: 205,32kcal, Zsír: 6,66g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 4,85g, CH: 30,78g, Cuk: 0,04g Só: 0,98g, Ca: 3,60mg	Lenmagos TK zsemle ^{1,11} Kígyó uborka Ráma margarin Olasz felvágott ⁶ E: 335,91kcal, Zsír: 16,86g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 10,22g, CH: 34,53g, Cuk: 0,39g Só: 2,21g, Ca: 5,70mg	Flóra margarin ⁷ Vizes zsemle ¹ Lapka sajt ⁷ Jégcsapretek E: 286,10kcal, Zsír: 9,63g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 10,13g, CH: 30,75g, Cuk: 0,00g Só: 0,84g, Ca: 9,24mg	TK zsemle ¹ Ráma margarin Kópé szelet ⁶ E: 301,11kcal, Zsír: 13,57g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 12,26g, CH: 31,49g, Cuk: 0,04g Só: 2,54g, Ca: 1,20mg	Pizzás csiga / Pék ¹ 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. 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. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt