

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 Baromfi májas E: 195,58kcal, Zsír: 5,84g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 6,06g, CH: 28,22g, Cuk: 6,99g Só: 0,60g, Ca: 0,00mg	Tej ^{1,5%} ⁷ Csokis gabonagolyó ^{1,5,6,7,8,11} E: 123,37kcal, Zsír: 2,10g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 5,00g, CH: 20,10g, Cuk: 0,00g Só: 0,00g, Ca: 114,00mg	Vadmálnás tea ¹² Vaj ⁷ TK formakenyér ¹ Sárgabarack lekvár E: 246,00kcal, Zsír: 8,48g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 3,34g, CH: 38,13g, Cuk: 15,18g Só: 0,60g, Ca: 5,65mg	Erdei gyümölcsstea Korpás kenyér ¹ Póréhagymás tojáskrém ^{3,7} E: 121,26kcal, Zsír: 2,53g, Tel.zsír.: 1,04g Feh.: 2,50g, CH: 21,56g, Cuk: 5,00g Só: 0,65g, Ca: 1,65mg	Tejeskávé ⁷ TK kifli sószegény ¹ E: 277,23kcal, Zsír: 3,73g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 8,39g, CH: 51,19g, Cuk: 7,83g Só: 0,79g, Ca: 114,00mg
Ebéd	Ivólé Zöldborsó főzelék ^{1,7} Baromfi virslj ^{1,6,7} Félbarna kenyér ¹ Müzliszelet ^{1,5,6,7,8,11,12} E: 536,36kcal, Zsír: 16,28g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 20,83g, CH: 77,37g, Cuk: 9,51g Só: 1,34g, Ca: 44,88mg	Sajtkrémleves ^{1,3,7,9,10} Leves gyöngy ¹ Tavaszi rizses-szárnyashús Vitamin saláta E: 534,88kcal, Zsír: 23,09g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 24,74g, CH: 53,81g, Cuk: 1,20g Só: 0,93g, Ca: 168,21mg	Csontleves ^{1,3,7,9,10} Finommetélt ^{1,3} Milánói makaróni szárnyas húsból ^{1,7} Szezonális gyümölcs E: 522,27kcal, Zsír: 15,96g, Tel.zsír.: 3,44g Feh.: 24,12g, CH: 68,36g, Cuk: 0,00g Só: 0,75g, Ca: 92,68mg	Vegyesgyümölcs-leves ^{1,7} Panírozott hal-rúd sütőben ^{1,3,4,7} Párolt rizs Light-tartármártás ^{1,3,5,6,7} E: 584,17kcal, Zsír: 20,39g, Tel.zsír.: 2,16g Feh.: 14,53g, CH: 90,08g, Cuk: 14,02g Só: 0,16g, Ca: 49,18mg	Paradicsom leves ^{1,3,7,9} Fokhagymás csirkemell ¹ Petrezselymes burgonya Céklasaláta csökkentett só E: 540,82kcal, Zsír: 18,57g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 25,87g, CH: 63,92g, Cuk: 13,61g Só: 0,65g, Ca: 21,77mg
Uzsonna	Bords Eve Olívaolajjal ⁷ TK zsemle ¹ Zöldpaprika E: 203,36kcal, Zsír: 6,63g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 4,73g, CH: 30,48g, Cuk: 0,04g Só: 0,98g, Ca: 2,40mg	Lenmagos TK zsemle ^{1,11} Kígyó uborka Ráma margarin Füstölt ízesítésű pulykamell sonka ⁶ E: 268,72kcal, Zsír: 9,64g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 9,58g, CH: 34,62g, Cuk: 0,22g Só: 1,90g, Ca: 4,20mg	Flóra margarin ⁷ Vizes zsemle ¹ Lapka sajt ⁷ Jégcsapretek E: 284,82kcal, Zsír: 9,62g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 10,03g, CH: 30,57g, Cuk: 0,00g Só: 0,84g, Ca: 9,24mg	TK zsemle ¹ Baromfi párizsi ^{1,6,7} Ráma margarin E: 259,19kcal, Zsír: 11,77g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 6,50g, CH: 30,73g, Cuk: 0,04g Só: 1,38g, 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. Rákkfélék 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. Szezámmag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt