

Étlap

14. hét

2024. április 1 - 2024. április 5

Étlap: D+M Kft.

Korcsoport:

| Étkezés | 2024.04.01 Hétfő | 2024.04.02 Kedd | 2024.04.03 Szerda | 2024.04.04 Csütörtök | 2024.04.05 Péntek |
|---------|---------------------|--|--|---|---|
| Tízórai | | Jó reggelt gyümölcs ¹² Flóra margarin ⁷ Fehér formakenyér ¹ Zöldséges szelet ^{6,10} E: 215,57kcal, Zsír: 5,70g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 4,70g, CH: 27,76g, Cuk: 5,00g Só: 1,02g, Ca: 0,00mg | Friss citromos tea Flóra margarin ⁷ Félbarna kenyér ¹ Diákcsemege ^{1,6,7} E: 262,82kcal, Zsír: 10,02g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 5,64g, CH: 28,26g, Cuk: 6,99g Só: 1,00g, Ca: 0,00mg | Kakaó ⁷ Foszlóskalács ¹ E: 247,58kcal, Zsír: 5,60g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 7,82g, CH: 40,19g, Cuk: 10,39g Só: 0,35g, Ca: 114,95mg | Vadmálnás tea ¹² Fehér formakenyér ¹ Kenőmájás ^{1,6,7} E: 198,35kcal, Zsír: 6,00g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 6,29g, CH: 29,02g, Cuk: 6,99g Só: 1,17g, Ca: 2,02mg |
| Ebéd | | Palócleves sertésből ^{1,7} Tejbedara kakaósórással ^{1,7} E: 528,37kcal, Zsír: 13,22g, Tel.zsír.: 0,93g Feh.: 22,48g, CH: 77,57g, Cuk: 20,98g Só: 0,17g, Ca: 269,31mg | Házias burgonyagombóc leves ^{1,3,7,9,10} Zöldborsó főzelék ^{1,7} Rántott szárnyaspárizsi sütőben ^{1,3,7} Szezonális gyümölcs E: 536,74kcal, Zsír: 23,81g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 20,27g, CH: 58,93g, Cuk: 2,78g Só: 1,15g, Ca: 39,37mg | Húsleves ^{1,3,7,9,10} Natur sertésszelet ¹ Gyümölcsmártás ^{1,7} Főtt burgonya 1/2 E: 605,79kcal, Zsír: 19,82g, Tel.zsír.: 1,24g Feh.: 26,32g, CH: 75,90g, Cuk: 22,59g Só: 0,41g, Ca: 54,25mg | Zöldséges lencse krémleves ^{1,7,9} Leves gyöngy ¹ Töltött nudli túrós ^{1,3,5,6,7,8} E: 642,81kcal, Zsír: 17,32g, Tel.zsír.: 0,93g Feh.: 18,16g, CH: 102,43g, Cuk: 26,03g Só: 1,88g, Ca: 39,73mg |
| Uzsonna | | TK formakenyér ¹ Jégcsapretek Magyaros vajkrém ^{1,7} E: 186,59kcal, Zsír: 8,50g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 3,94g, CH: 22,17g, Cuk: 0,04g Só: 0,60g, Ca: 0,00mg | TK formakenyér ¹ Zöldfűszeres túrókrém ⁷ E: 149,20kcal, Zsír: 2,73g, Tel.zsír.: 0,15g Feh.: 5,99g, CH: 22,42g, Cuk: 0,04g Só: 0,70g, Ca: 14,50mg | Graham kenyér ¹ Citromos házi halpástétom ^{3,7,10} E: 146,60kcal, Zsír: 6,82g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 4,41g, CH: 16,68g, Cuk: 0,00g Só: 0,04g, Ca: 1,80mg | Vaj ⁷ TK formakenyér ¹ Paradicsom E: 182,77kcal, Zsír: 8,52g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 3,48g, CH: 22,25g, Cuk: 0,04g Só: 0,60g, Ca: 5,30mg |

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. Szezámgyökér és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt