

Étlap bentlakó 60 év felett egész napos ellát. 2024.04.15. - 2024.04.21.

	hétfő 2024.04.15.	kedd 2024.04.16.	szerda 2024.04.17.	csütörtök 2024.04.18.	péntek 2024.04.19.	szombat 2024.04.20.	vasárnap 2024.04.21.
Reggeli	fekete kávé, tea (12), sonkás szelet, margarin (07), korpás zsemle (01), piros retek, E:2 162(Kj) 517(KCal) F: 20(g) Kol: 0(g) Sz: 95(g) Zsir: 7(g) Cuk: 25(g) Só:3,42(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 17(mg)	fekete kávé, tea (12), tej (07), diós masni (01,03,07,06), E:2 776(Kj) 664(KCal) F: 16(g) Kol: 0(g) Sz: 92(g) Zsir: 26(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	fekete kávé, tea (12), tojásrántotta (03), félbarna kenyér (01), piros retek, E:2 731(Kj) 653(KCal) F: 30(g) Kol: 0(g) Sz: 94(g) Zsir: 16(g) Cuk: 25(g) Só:2,94(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 147(mg)	fekete kávé, tea (12), tejeskávé (01,07), margarin (07), fatörzs kifli (01,03,06,07), E:3 011(Kj) 720(KCal) F: 18(g) Kol: 0(g) Sz:115(g) Zsir: 13(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	fekete kávé, tea (12), kocka sajt (07), kifli (01), E:1 979(Kj) 473(KCal) F: 16(g) Kol: 0(g) Sz: 78(g) Zsir: 11(g) Cuk: 28(g) Só:0,82(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 285(mg)	fekete kávé, tea (12), főtt virsli, félbarna kenyér (01), ketchup, E:3 173(Kj) 759(KCal) F: 29(g) Kol: 86(g) Sz: 99(g) Zsir: 25(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	fekete kávé, tea (12), tejbegríz kakaó szóráttal (01,07), E:1 933(Kj) 462(KCal) F: 17(g) Kol: 0(g) Sz: 83(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
	jégkrém (07), E: 744(Kj) 178(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 22(g) Zsir: 8(g) Cuk: 17(g) Só:0,14(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	sós keksz (01,11,03), E: 603(Kj) 144(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	jégkrém (07), E: 744(Kj) 178(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 22(g) Zsir: 8(g) Cuk: 17(g) Só:0,14(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	sós keksz (01,11,03), E: 603(Kj) 144(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	jégkrém (07), E: 744(Kj) 178(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 22(g) Zsir: 8(g) Cuk: 17(g) Só:0,14(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	nápolyi (01,05,06), E: 648(Kj) 155(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 8(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	sós keksz (01,11,03), E: 603(Kj) 144(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
Tízórai	csirkegyúás (01,03,09,10), túró gombóc édes tejföllel, E:4 416(Kj) 1 057(KCal) F: 56(g) Kol: 77(g) Sz:132(g) Zsir: 59(g) Cuk: 5(g) Só:7,20(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 79(mg)	gombóc leves (01,09), fűszeres sült csirkecombfilé, burgonyapüré (07), befőtt, E:3 333(Kj) 797(KCal) F: 38(g) Kol: 0(g) Sz:106(g) Zsir: 22(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	vajgaluska leves (09,01,03), sült hús, paradicsomos káposzta (01), félbarna kenyér (01), E:2 703(Kj) 647(KCal) F: 41(g) Kol: 78(g) Sz: 79(g) Zsir: 23(g) Cuk: 20(g) Só:4,11(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 168(mg)	meggyleves (01,12,07), pásztortarhonya (03,01), cékla, E:3 099(Kj) 741(KCal) F: 24(g) Kol:103(g) Sz: 89(g) Zsir: 24(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	hortobágyi betyárleves (01,03,07,09), ízes bukta (01,03,07), E:3 174(Kj) 759(KCal) F: 34(g) Kol: 56(g) Sz: 91(g) Zsir: 27(g) Cuk: 3(g) Só:2,71(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 150(mg)	magyaros zellerleves (09,01,03,10), dubarry szelet (07,01), petrezselymes burgonya, 80(g) Sz: 88(g) Zsir: 41(g) Cuk: 0(g)	erőleves (03,01,09,10), bakonyi tokány (01,07), párolt rizs, E:3 488(Kj) 834(KCal) F: 61(g) Kol: 89(g) Sz: 81(g) Zsir: 28(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
	zsiros kenyér lilahagyma (01), E: 518(Kj) 124(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 22(g) Zsir: 2(g) Cuk: 0(g) Só:0,64(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 8(mg)	banán, E: 220(Kj) 53(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 12(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	nápolyi (01,05,06), E: 648(Kj) 155(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 8(g) Cuk: 2(g) Só:0,16(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 20(mg)	piskótaszelet (01,03,08,06), E: 401(Kj) 96(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 15(g) Zsir: 3(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	zsiros kenyér lilahagyma (01), E: 518(Kj) 124(KCal) F: 4(g) Kol: 0(g) Sz: 22(g) Zsir: 2(g) Cuk: 0(g) Só:0,64(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 8(mg)	banán, E: 439(Kj) 105(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 24(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	édes keksz (01,07,03), E: 128(Kj) 31(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 18(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
Ebéd	gyümölcs tea (12), tojáskrém (10,03,07), félbarna kenyér (01), paradicsom, E:2 474(Kj) 592(KCal) F: 23(g) Kol: 0(g) Sz: 93(g) Zsir: 13(g) Cuk: 20(g) Só:3,99(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 102(mg)	gyümölcs tea (12), trappista sajt (07), margarin (07), félbarna kenyér (01), kigyóborka, E:2 933(Kj) 702(KCal) F: 32(g) Kol: 6(g) Sz: 90(g) Zsir: 22(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	gyümölcs tea (12), körözött (07), félbarna kenyér (01), zöldhagyma, E:2 287(Kj) 547(KCal) F: 23(g) Kol: 6(g) Sz: 92(g) Zsir: 9(g) Cuk: 21(g) Só:3,11(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 120(mg)	gyümölcs tea (12), pizzasonka felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), paradicsom, E:2 262(Kj) 541(KCal) F: 22(g) Kol: 42(g) Sz: 92(g) Zsir: 9(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	gyümölcs tea (12), májkrém (01), félbarna kenyér (01), piros retek, E:2 234(Kj) 535(KCal) F: 20(g) Kol: 0(g) Sz: 89(g) Zsir: 10(g) Cuk: 20(g) Só:3,05(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 50(mg)	gyümölcs tea (12), mézes felvágott, félbarna kenyér (01), kigyóborka, E:2 266(Kj) 542(KCal) F: 22(g) Kol: 0(g) Sz: 90(g) Zsir: 10(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	gyümölcs tea (12), löncs felvágott, félbarna kenyér (01), zöldhagyma, E:2 649(Kj) 634(KCal) F: 22(g) Kol: 66(g) Sz: 88(g) Zsir: 20(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
	Uzsonna	Vacsora					

01=Glutén,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezám,12=Kén-dioxid,13=Csillagfürt,14=Puhatestűek,15=Édesítő,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető