

MMSz Egyesület  
Gondviselés Háza  
Napsugár Idősek  
Hunyadi park 5.

## Étlap személyzet ebéd 2024.04.15. - 2024.04.21.

	<b>hétfő</b> 2024.04.15	<b>kedd</b> 2024.04.16.	<b>szerda</b> 2024.04.17.	<b>csütörtök</b> 2024.04.18.	<b>péntek</b> 2024.04.19.	<b>szombat</b> 2024.04.20.	<b>vasárnap</b> 2024.04.21.
<b>Ebéd</b>	<b>csirkegulyás (01,03,09,10), túró gombóc édes tejföllel,</b>	<b>gombóc leves (01,09), fűszeres sült csirkecombfilé, burgonyapüré (07), befőtt,</b>	<b>vajgaluska leves (09,01,03), sült hús, paradicsomos káposzta (01), félbarna kenyér (01),</b>	<b>meggyleves (01,12,07), pásztortarhonya (03,01), cékla,</b>	<b>hortobágyi betyárleves (01,03,07,09), ízes bukta (01,03,07),</b>	<b>magyaros zellerleves (09,01,03,10), dubarry szelet (07,01), petrezselymes burgonya,</b>	<b>erőleves (03,01,09,10), bakonyi tokány (01,07), párolt rizs,</b>
	E:4 416(Kj) 1 057(KCal) F: 56(g) Kol: 77(g) Sz:132(g) Zsír: 59(g) Cuk: 5(g) Só:7,20(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 79(mg)	E:3 333(Kj) 797(KCal) F: 38(g) Kol: 0(g) Sz:106(g) Zsír: 22(g) Cuk: 1(g) Só:5,15(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 157(mg)	E:2 703(Kj) 647(KCal) F: 41(g) Kol: 78(g) Sz: 79(g) Zsír: 23(g) Cuk: 20(g) Só:4,11(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 168(mg)	E:3 099(Kj) 741(KCal) F: 24(g) Kol:103(g) Sz: 89(g) Zsír: 24(g) Cuk: 11(g) Só:6,27(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 111(mg)	E:3 174(Kj) 759(KCal) F: 34(g) Kol: 56(g) Sz: 91(g) Zsír: 27(g) Cuk: 3(g) Só:2,71(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 150(mg)	E:3 622(Kj) 866(KCal) F: 48(g) Kol: 80(g) Sz: 88(g) Zsír: 41(g) Cuk: 0(g) Só:5,82(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 225(mg)	E:3 488(Kj) 834(KCal) F: 61(g) Kol: 89(g) Sz: 81(g) Zsír: 28(g) Cuk: 0(g) Só:5,22(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 123(mg)

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=Csillagfűrt,14=Puhatestűek,15=Édesítő,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető