

MMSz Egyesület  
Gondviselés Háza  
Napsugár Idősek  
Hunyadi park 5.

## Étlap személyzet ebéd 2024.05.13. - 2024.05.19.

	<b>hétfő</b> 2024.05.13	<b>kedd</b> 2024.05.14.	<b>szerda</b> 2024.05.15.	<b>csütörtök</b> 2024.05.16.	<b>péntek</b> 2024.05.17.	<b>szombat</b> 2024.05.18.	<b>vasárnap</b> 2024.05.19.
<b>Ebéd</b>	<b>brokkolikréml leves (01,07), pirított zsemlekocka (01), pásztortarhonya (03,01), savanyúság (10),</b>	<b>nyírségi gombóclevés (09,01,03,10,07), sült tarja, hagymás burgonya, befőtt,</b>	<b>köményleves kenyérkockákkal (01,03,09,10), sült debreceni, zöldborsófőzelék (01,03,09,10), félbarna kenyér (01),</b>	<b>gyümölcsleves (01,12), bácskai rizseshús, savanyúság (10),</b>	<b>bugaci leves (09,03,01,10,07), mákos guba (01,07), vaniliasodó (03,01,07),</b>	<b>csurgatott tésztaleves (09,03,01), főtt tojás (03), spenót főzelék (01,07), félbarna kenyér (01),</b>	<b>orjaleves (09,01,03,10), sült csirkeszárny, petrezselymes burgonya, almapaprika,</b>
	E:4 291(Kj) 1 027(KCal) F: 39(g) Kol: 99(g) Sz:104(g) Zsir: 42(g) Cuk: 1(g) SÓ:8,92(g) Tel.Zs: 8(g) Ca: 310(mg)	E:3 470(Kj) 830(KCal) F: 54(g) Kol:133(g) Sz: 93(g) Zsir: 27(g) Cuk: 0(g) SÓ:5,77(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 133(mg)	E:3 984(Kj) 953(KCal) F: 47(g) Kol:150(g) Sz:102(g) Zsir: 45(g) Cuk: 12(g) SÓ:10,39(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 125(mg)	E:2 943(Kj) 704(KCal) F: 26(g) Kol: 50(g) Sz:124(g) Zsir: 9(g) Cuk: 25(g) SÓ:32,20(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 53(mg)	E:4 141(Kj) 991(KCal) F: 50(g) Kol: 52(g) Sz:125(g) Zsir: 30(g) Cuk: 23(g) SÓ:5,08(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 700(mg)	E:2 101(Kj) 503(KCal) F: 28(g) Kol: 0(g) Sz: 62(g) Zsir: 15(g) Cuk: 0(g) SÓ:3,77(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 426(mg)	E:3 922(Kj) 938(KCal) F: 85(g) Kol:170(g) Sz: 79(g) Zsir: 27(g) Cuk: 0(g) SÓ:6,46(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 98(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