

MMSz Egyesület
Gondviselés Háza
Napsugár Idősek
Hunyadi park 5.

Étlap személyzet ebéd 2024.10.07. - 2024.10.13.

	hétfő 2024.10.07	kedd 2024.10.08.	szerda 2024.10.09.	csütörtök 2024.10.10.	péntek 2024.10.11.	szombat 2024.10.12.	vasárnap 2024.10.13.
Ebéd	zöldségkrémleves, pirított zsemlekočka (01), sajtos csirkemell (07), burgonyapüré, befőtt,	gyümölcsleves (07), húsos rakott tészta,	zellerleves, sült debreceni, zöldborsófőzelék, félbarna kenyér (01),	reszelttésztalesves, hentestokány (07), párolt rizs,	gulyásleves (09,01,03,10), aranygaluska (07), vaniliásodó (07),	rizsleves (01,09,03,10), halrudacska (01,02,03,04,06,10), sült burgonya, tartármártás (10,07,03),	erőleves (09,01,03,10), zúzapörkölt (07), tarhonya (07), almapaprika,
	E:3 767(Kj) 901(KCal) F: 55(g) Kol: 88(g) Sz: 98(g) Zsir: 26(g) Cuk: 0(g) Só:4,76(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 317(mg)	E:3 381(Kj) 809(KCal) F: 35(g) Kol: 50(g) Sz:116(g) Zsir: 19(g) Cuk: 26(g) Só:2,67(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 207(mg)	E:3 874(Kj) 927(KCal) F: 43(g) Kol:150(g) Sz: 83(g) Zsir: 50(g) Cuk: 12(g) Só:5,89(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 122(mg)	E:2 892(Kj) 692(KCal) F: 40(g) Kol: 78(g) Sz: 96(g) Zsir: 16(g) Cuk: 0(g) Só:3,42(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 57(mg)	E:5 230(Kj) 1 251(KCal) F: 51(g) Kol: 48(g) Sz:149(g) Zsir: 38(g) Cuk: 13(g) Só:3,82(g) Tel.Zs: 9(g) Ca: 456(mg)	E:4 131(Kj) 988(KCal) F: 32(g) Kol: 8(g) Sz:130(g) Zsir: 39(g) Cuk: 3(g) Só:5,02(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 97(mg)	E:3 138(Kj) 751(KCal) F: 64(g) Kol: 6(g) Sz: 71(g) Zsir: 19(g) Cuk: 1(g) Só:2,45(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 73(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=Csillagfürt,14=Puhatestűek,15=Édesítő,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető