

MMSz Egyesület
Gondviselés Háza
Napsugár Idősek
Hunyadi park 5.

Étlap személyzet ebéd 2024.10.28. - 2024.11.03.

	hétfő 2024.10.28	kedd 2024.10.29.	szerda 2024.10.30.	csütörtök 2024.10.31.	péntek 2024.11.01.	szombat 2024.11.02.	vasárnap 2024.11.03.
Ebéd	zöldségleves (09,01,03,10), fokhagymás tarja (01,07,03), gombás rizs (01,07,03), savanyúság (10),	gyümölcsleves (01,12,07), milánói kocka (01,07,03),	burgonyaleves (01,07,03), sült debreceni, zöldborsófőzelék (01,03,09,10), félbarna kenyér (01),	paradicsomleves (01,03), rakott brokkoli (03,07), félbarna kenyér (01),	hortobágyi betyárleves (01,09,03,07), meggyes linzer (01,03,07),	rántottleves kenyérkockával (01,03,09,10), főtt kolbász, fejtett babfőzelék (01,07,03), félbarna kenyér (01),	erőleves (09,01,03,10), reszelt máj (01,07,03), főtt burgonya, almapaprika,
	E:2 459(Kj) 588(KCal) F: 39(g) Kol: 78(g) Sz: 80(g) Zsir: 11(g) Cuk: 0(g) Só:3,54(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 118(mg)	E:3 363(Kj) 805(KCal) F: 32(g) Kol: 59(g) Sz:126(g) Zsir: 16(g) Cuk: 34(g) Só:4,69(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 286(mg)	E:4 058(Kj) 971(KCal) F: 46(g) Kol:150(g) Sz:102(g) Zsir: 50(g) Cuk: 12(g) Só:5,79(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 140(mg)	E:3 309(Kj) 792(KCal) F: 42(g) Kol: 48(g) Sz:105(g) Zsir: 15(g) Cuk: 10(g) Só:2,34(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 313(mg)	E:4 303(Kj) 1 029(KCal) F: 33(g) Kol: 56(g) Sz:134(g) Zsir: 37(g) Cuk: 20(g) Só:2,40(g) Tel.Zs: 9(g) Ca: 181(mg)	E:3 522(Kj) 843(KCal) F: 40(g) Kol:124(g) Sz: 99(g) Zsir: 36(g) Cuk: 4(g) Só:5,72(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 117(mg)	E:3 277(Kj) 784(KCal) F: 64(g) Kol:735(g) Sz: 82(g) Zsir: 24(g) Cuk: 0(g) Só:2,70(g) Tel.Zs: 4(g) Ca: 93(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