MMSz Egyesület
Gondviselés Háza
Napsugár Idősek

Hunyadi park 5.

Étlap személyzet
2026.11.23. - 2026.11.29.

	hétfő 2026.11.23	kedd 2026.11.24.	szerda 2026.11.25.	csütörtök 2026.11.26.	péntek 2026.11.27.	szombat 2026.11.28.	vasárnap 2026.11.29.
Reggeli							
Tízórai							
Ebéd	**kertészleves (01,09,03), sült hús, vadas mártás (01,10,07), tészta (03,01),** E:3 126(Kj) 748(KCal) F: 46(g) Kol: 78(g) Sz: 94(g) Zsir: 24(g) Cuk: 6(g) Só:2,89(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 88(mg)	**sertésraguleves (09,01,03,10), káposztás tészta (01,03),** E:2 566(Kj) 614(KCal) F: 33(g) Kol: 48(g) Sz: 93(g) Zsir: 16(g) Cuk: 0(g) Só:4,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 85(mg)	**karalábéleves (01,03,09,10), rántott párizsi (01,03), zöldborsófőzelék (01,03,09,10,07), félbarna kenyér (01),** E:3 714(Kj) 889(KCal) F: 36(g) Kol: 0(g) Sz:120(g) Zsir: 29(g) Cuk: 12(g) Só:5,29(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 409(mg)	**sütőtökkrémleves pirított kenyérkockával (07,01), rakott karfiol (07),** E:2 327(Kj) 557(KCal) F: 35(g) Kol: 66(g) Sz: 68(g) Zsir: 12(g) Cuk: 1(g) Só:2,10(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 168(mg)	**babgulyás (09,01,03,10), kráter süti (01,03,07),** E:3 337(Kj) 798(KCal) F: 38(g) Kol: 48(g) Sz:107(g) Zsir: 81(g) Cuk: 33(g) Só:2,93(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 199(mg)	**tojásleves (01,03), csirkeragu zöldséges rizzsel (01,03,09,10),** 0(g) Sz: 71(g) Zsir: 16(g) Cuk: 0(g)	**csontleves (09,03,01), hagymás sült tarja, petrezselymes burgonya, savanyúság (10),** E:3 372(Kj) 807(KCal) F: 60(g) Kol: 78(g) Sz: 75(g) Zsir: 54(g) Cuk: 0(g) Só:3,08(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 132(mg)
Uzsonna							
Vacsora							

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

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető