

MMSz Egyesület
Gondviselés Háza
Napsugár Idősek
Hunyadi park 5.

Étlap külsős ebéd 2024.11.25. - 2024.12.01.

	hétfő 2024.11.25	kedd 2024.11.26.	szerda 2024.11.27.	csütörtök 2024.11.28.	péntek 2024.11.29.	szombat 2024.11.30.	vasárnap 2024.12.01.
Ebéd							
	zöldségkrémleves (09,01,03,10,07), pirított zsemlekocka (01), disznótoros, tört burgonya, savanyúság (10), félbarna kenyér (01),	palócleves (09,01,03,10,07), túró gombóc édes tejföllel (01,07),	daragaluska leves (01,03,09,10), fasírt (03,01), tökfőzelék (01,07,03,09,10), félbarna kenyér (01),	meggyleves (01,12,07), tarhonyás hús (03,01), savanyúság (10),	bakonyi betyárleves (09,01,03,10,07), pogácsa (01,03,07),	tojásleves (01,03), zöldborsós csirkemell, párolt rizs,	orjaleves (09,01,03,10), zúzapörkölt, főtt burgonya, almapaprika,
	E:4 463(Kj) 1 068(KCal) F: 41(g) Kol:186(g) Sz:108(g) Zsír: 46(g) Cuk: 0(g) Só:5,88(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 152(mg)	E:3 266(Kj) 781(KCal) F: 33(g) Kol: 36(g) Sz:118(g) Zsír: 18(g) Cuk: 15(g) Só:5,55(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 64(mg)	E:3 196(Kj) 765(KCal) F: 48(g) Kol: 60(g) Sz: 97(g) Zsír: 19(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	E:2 676(Kj) 640(KCal) F: 36(g) Kol: 72(g) Sz: 74(g) Zsír: 14(g) Cuk: 11(g) Só:5,69(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 80(mg)	E:3 284(Kj) 786(KCal) F: 36(g) Kol: 57(g) Sz: 81(g) Zsír: 33(g) Cuk: 2(g) Só:4,60(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 232(mg)	E:2 423(Kj) 580(KCal) F: 44(g) Kol: 66(g) Sz: 76(g) Zsír: 11(g) Cuk: 0(g) Só:4,36(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 107(mg)	E:3 563(Kj) 852(KCal) F: 74(g) Kol: 6(g) Sz: 88(g) Zsír: 23(g) Cuk: 0(g) Só:2,39(g) Tel.Zs: 5(g) Ca: 85(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