

Étlap

30. hét

2024. július 22 - 2024. július 26

Étlap: D+M Kft.

Korcsoport:

Étkezés	2024.07.22 Hétfő	2024.07.23 Kedd	2024.07.24 Szerda	2024.07.25 Csütörtök	2024.07.26 Péntek
Tízórai	Őszibarack gyümölcsstea ¹² Delma margarin TK formakenyér ¹ Francia Baromfi szelet ^{1,6,7} E: 277,77kcal, Zsír: 8,82g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 7,86g, CH: 40,72g, Cuk: 8,05g Só: 1,65g, Ca: 0,00mg	Tejeskávé ⁷ Vajas kifli ^{1,7} E: 353,14kcal, Zsír: 5,87g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 11,73g, CH: 61,90g, Cuk: 11,62g Só: 0,79g, Ca: 228,00mg	Erdei málna gyümölcsstea ¹² Hagymás kenyér ¹ Zöldfűszeres vajkrém ⁷ E: 332,25kcal, Zsír: 13,47g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 5,97g, CH: 45,36g, Cuk: 8,48g Só: 1,05g, Ca: 5,56mg	Tej1,5% ⁷ Molnárka 50g ¹ E: 277,01kcal, Zsír: 6,80g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 10,90g, CH: 41,65g, Cuk: 3,80g Só: 0,40g, Ca: 228,00mg	Trópusi gyümölcsstea ¹² Flóra margarin ⁷ Fehér formakenyér ¹ Sárgabarack lekvár E: 302,44kcal, Zsír: 4,00g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 3,97g, CH: 53,61g, Cuk: 23,57g Só: 0,77g, Ca: 5,25mg
Ebéd	Bakonyi betyárleves ^{1,7,9} Mákos nudli ^{1,3,5,8,11} Szezonális gyümölcs E: 1 040,21kcal, Zsír: 33,10g, Tel.zsír.: 0,93g Feh.: 35,65g, CH: 142,73g, Cuk: 19,98g Só: 0,48g, Ca: 226,87mg	Májgaluskaleves ^{1,3,7,9,10} Parajfőzelék ^{1,7} Főtt burgonya 1/2 Főtt kemény tojás 1/2 ³ E: 807,99kcal, Zsír: 21,51g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 28,67g, CH: 112,32g, Cuk: 0,00g Só: 1,04g, Ca: 413,81mg	Sárgarépakrém leves ^{1,3,7} Leves gyöngy ¹ Zöldborsós csirkemellapró ¹ Petrezselymes rizs E: 869,31kcal, Zsír: 27,94g, Tel.zsír.: 0,33g Feh.: 36,77g, CH: 116,20g, Cuk: 6,99g Só: 1,06g, Ca: 77,48mg	Daragaluska-leves ^{1,3,7,9,10} Paradicsomos káposzta ^{1,7,9} Vagdalt pogácsa baromfi húsból ^{1,3,7} E: 943,95kcal, Zsír: 30,41g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 31,60g, CH: 135,67g, Cuk: 9,99g Só: 1,17g, Ca: 145,10mg	Rostos gyümölcslé Tarhonyás hús sertésből ^{1,3} Kovászos uborka E: 688,62kcal, Zsír: 23,45g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 31,03g, CH: 83,15g, Cuk: 0,00g Só: 1,34g, Ca: 41,27mg
Uzsonna	Fehér formakenyér ¹ Zöldpaprika Magyaros vajkrém ^{1,7} E: 295,48kcal, Zsír: 16,59g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 5,21g, CH: 29,15g, Cuk: 0,00g Só: 0,77g, Ca: 3,60mg	Flóra margarin ⁷ TK barnakenyér sószegény ¹ Paradicsom Göcseji füstölt csirkemell sonka ⁶ E: 265,03kcal, Zsír: 5,84g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 10,04g, CH: 34,03g, Cuk: 0,12g Só: 1,56g, Ca: 4,20mg	Házi csirkemájkrém ⁷ TK formakenyér ¹ Lilahagyma E: 348,55kcal, Zsír: 12,68g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 11,94g, CH: 37,65g, Cuk: 0,06g Só: 1,06g, Ca: 15,06mg	Húskrém ^{1,6,7} TK formakenyér ¹ E: 243,33kcal, Zsír: 8,21g, Tel.zsír.: 2,75g Feh.: 8,67g, CH: 32,49g, Cuk: 0,06g Só: 1,25g, Ca: 20,16mg	Pizzás csiga / Pék ¹ E: 207,94kcal, Zsír: 9,65g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 3,30g, CH: 25,50g, Cuk: 2,05g Só: 0,30g, Ca: 0,00mg

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!
Normál, diétás étlap elérhető: mfk.bp13.hu
Konyha vezető. Jó étvágyat kívánunk

Allergének: 1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákkfélek és azokból készült termékek, 3. Tojás és abból készült termékek, 4. Halak és azokból készült termékek, 5. Földimogyoró és abból készült termékek, 6. Szójabab és abból készült termékek, 7. Tej és abból készült termékek, 8. Diófélék, 9. Zeller és abból készült termékek, 10. Mustár és abból készült termékek, 11. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt