


Heti étlap 2019.03.18. - 2019.03.22.

 Ebéd		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
		Magyaros karalábé leves, Tarhonyás hús, céklasaláta			Tojásleves, Hentes tokány, Párolt rizszel			Frankfurti leves, Félbarna kenyér, Mákos tészta			Meggyleves almával, Sólet, Félbarna kenyér			Burgonyagombóc leves, Erdélyi rakott káposzta, Félbarna kenyér		
B menü		Energia: 861.74 Kcal / 3,602.07 KJ			Energia: 850.34 Kcal / 3,554.42 KJ			Energia: 839.75 Kcal / 3,510.16 KJ			Energia: 817.96 Kcal / 3,419.07 KJ			Energia: 770.18 Kcal / 3,219.35 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		37.53 g	40.01 g	11.11 g	33.87 g	45.38 g	13.84 g	30.49 g	23.16 g	7.29 g	39.93 g	24.13 g	5.99 g	33.38 g	37.79 g	10.89 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
90.90 g	8.04 g	3.18 g	79.53 g	0.01 g	6.47 g	130.51 g	20.03 g	4.09 g	120.85 g	12.99 g	6.92 g	81.79 g	0.01 g	8.05 g		
		1,3,9,15,(10),(12)			1,3,9,10,15,(6),(12)			1,3,7,(6),(9),(12)			1,7			1,3,9,(12)		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Az ételenkénti allergén információkról felvilágosítást a központi diétetika alábbi elérhetőségein kérhető: diietetika@tsgastro.hu; +36 70 614 8011

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,laktóz	10-mustár	13-csillagfürt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfit	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető