

Heti étlap 2019.03.18. - 2019.03.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	Felnőtt	Magyaros karalábé leves Tarhonyás hús Céklasaláta			Tojásleves Hentes tokány Párolt rizs			Frankfurti leves Mákszórat Főtt tészta Félbarna kenyér			Meggyleves almával Sólet Félbarna kenyér			Burgonyagombóc leves Erdélyi rakott káposzta Félbarna kenyér		
		Energia: 832.97 Kcal / 3,481.81 KJ			Energia: 925.88 Kcal / 3,870.18 KJ			Energia: 881.72 Kcal / 3,685.59 KJ			Energia: 817.96 Kcal / 3,419.07 KJ			Energia: 770.18 Kcal / 3,219.35 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		35.78 g	37.62 g	10.26 g	33.87 g	53.73 g	14.79 g	30.49 g	27.80 g	7.81 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
		90.87 g	8.04 g	3.37 g	79.53 g	0.01 g	6.47 g	130.51 g	20.03 g	4.18 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-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

.....
Élelmezésvezető