


2018.12.10 - 2018.12.16.		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat		
 Ebéd	Felnőtt	Vajgaluska leves, Sólet, Kenyér, félbarna			Tejfölös zöldbableves, Sertés pörkölt, Galuska, Almapaprika savanyú			Lencsegulyás, Kenyér, félbarna, Mákos Guba, Vanília sodó			Almaleves, Gombás pulykatokány, Párolt rizs			Tarhonya leves, Burgonyafőzelék, Kenyér, félbarna, Csirkecomb filé pörkölt			Csirkebecsinált leves, Káposztás tészta		
		Energia: 762.36 Kcal / 3,186.66 KJ			Energia: 559.18 Kcal / 2,337.37 KJ			Energia: 1,241.50 Kcal / 5,189.47 KJ			Energia: 856.54 Kcal / 3,580.34 KJ			Energia: 908.12 Kcal / 3,795.94 KJ			Energia: 618.71 Kcal / 2,586.21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		41.18 g	27.82 g	6.53 g	45.20 g	42.59 g	8.15 g	56.52 g	42.88 g	12.79 g	37.93 g	24.88 g	5.82 g	41.61 g	32.04 g	6.10 g	32.14 g	11.75 g	2.60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
101.13 g	0.02 g	7.55 g	106.30 g	1.01 g	8.42 g	173.23 g	23.98 g	4.09 g	135.45 g	19.98 g	4.38 g	128.39 g	0.00 g	3.74 g	103.60 g	5.01 g	3.32 g		
1,3,9,(7)			1,3,7,9,15,(10),(12)			1,7,10,(6),(8),(12)			1,7			1,3,7			1,3,7,9				

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

Az ételenkénti allergén információkról felvilágosítást a központi diétetika alábbi elérhetőségein kérhető: dietetika@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-szezámm	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfid	15-mesterséges édesítőszer	

Jó étvágyat kívánunk!

.....

Élelmezésvezető