

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	Szárnys raguleves (1,9) Tejbedara kakaós barnacukorral (1,7) Szezonális gyümölcs	Tojásleves (1,3,9) Zöldborsófőzelék (1,7) Fokhagymás sertésapró (1,9) Félbarna kenyér (1)	Paradicsom leves (1,9) Rántott halfilé (1,3,4,11) Párolt rizs (1) Light-tartármártás (3,7,10)	Gombakrémleves (1,7,9) Leves gyöngy (1) Tarhonyás hús pulykából (1,3) Káposzta saláta	Májgaluskaleves (1,3,9,11) Zöldbabfőzelék (1,7) Vagdalt pogácsa sertéshúsból (1,3,11) Félbarna kenyér (1)
	En: 3685 kJ (880 kCal) Zsír: 22,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 127,8 g Cukor: 41,1 g Feh: 31,6 g Só: 0,9 g	En: 4158 kJ (993 kCal) Zsír: 41,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 101,7 g Cukor: 0,0 g Feh: 52,6 g Só: 2,7 g	En: 4785 kJ (1143 kCal) Zsír: 39,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 142,6 g Cukor: 26,3 g Feh: 40,3 g Só: 3,0 g	En: 3542 kJ (846 kCal) Zsír: 31,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,7 g Cukor: 1,2 g Feh: 43,8 g Só: 1,4 g	En: 4022 kJ (961 kCal) Zsír: 39,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 103,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 41,9 g Só: 3,9 g

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

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