

# Étlap

17. hét

2024. április 22 - 2024. április 26

Étlap: D+M Kft.

Korcsoport:

Étkezés	2024.04.22 Hétfő	2024.04.23 Kedd	2024.04.24 Szerda	2024.04.25 Csütörtök	2024.04.26 Péntek
<b>Tízórai</b>	Trópusi gyümölcsstea <sup>12</sup> Félbarna kenyér <sup>1</sup> Baromfi májas	Tej1,5% <sup>7</sup> Csokis gabonagolyó <sup>1,5,6,7,8,11</sup>	Vadmálnás tea <sup>12</sup> Vaj <sup>7</sup> TK formakenyér <sup>1</sup> Sárgabarack lekvár	Erdei gyümölcsstea Korpás kenyér <sup>1</sup> Póréhagymás tojáskrém <sup>3,7</sup>	Tejeskávé <sup>7</sup> TK kifli sószegény <sup>1</sup>
	E: 323,90kcal, Zsír: 11,50g, Tel.zsír: 0,00g Feh.: 10,68g, CH: 41,86g, Cuk: 9,99g Só: 0,90g, Ca: 0,00mg	E: 246,75kcal, Zsír: 4,20g, Tel.zsír: 0,00g Feh.: 10,00g, CH: 40,20g, Cuk: 0,00g Só: 0,00g, Ca: 228,00mg	E: 405,88kcal, Zsír: 16,72g, Tel.zsír: 0,00g Feh.: 5,04g, CH: 57,34g, Cuk: 22,63g Só: 0,90g, Ca: 10,25mg	E: 238,40kcal, Zsír: 5,51g, Tel.zsír: 2,32g Feh.: 5,00g, CH: 41,06g, Cuk: 7,99g Só: 1,10g, Ca: 3,16mg	E: 345,35kcal, Zsír: 5,30g, Tel.zsír: 0,00g Feh.: 11,90g, CH: 61,11g, Cuk: 10,83g Só: 0,79g, Ca: 228,00mg
<b>Ebéd</b>	Ivólé Zöldborsó főzelék <sup>1,7</sup> Baromfi virsli <sup>1,6,7</sup> Félbarna kenyér <sup>1</sup> Müzliszelet <sup>1,5,6,7,8,11,12</sup>	Sajtkrémleves <sup>1,3,7,9,10</sup> Leves gyöngy <sup>1</sup> Tavaszirizses-szárnyashús Vitamin saláta	Csontleves <sup>1,3,7,9,10</sup> Finommetélt <sup>1,3</sup> Milánói makaróni szárnyas húsból <sup>1,7</sup> Szezonális gyümölcs	Vegyesgyümölcs-leves <sup>1,7</sup> Panírozott hal-rúd sütőben <sup>1,3,4,7</sup> Párolt rizs Light-tartármártás <sup>1,3,5,6,7</sup>	Paradicsom leves <sup>1,3,7,9</sup> Fokhagymás csirkemell <sup>1</sup> Petrezselymes burgonya Céklasaláta csökkentett só
	E: 826,87kcal, Zsír: 25,95g, Tel.zsír: 0,00g Feh.: 33,08g, CH: 116,53g, Cuk: 11,82g Só: 1,98g, Ca: 87,11mg	E: 785,71kcal, Zsír: 33,16g, Tel.zsír: 0,00g Feh.: 35,62g, CH: 81,21g, Cuk: 1,92g Só: 1,90g, Ca: 268,82mg	E: 786,13kcal, Zsír: 23,91g, Tel.zsír: 5,68g Feh.: 35,84g, CH: 102,16g, Cuk: 0,00g Só: 1,82g, Ca: 157,45mg	E: 871,00kcal, Zsír: 29,69g, Tel.zsír: 3,09g Feh.: 22,24g, CH: 131,81g, Cuk: 16,01g Só: 0,23g, Ca: 69,94mg	E: 790,93kcal, Zsír: 28,42g, Tel.zsír: 0,00g Feh.: 34,95g, CH: 93,88g, Cuk: 20,28g Só: 0,95g, Ca: 33,42mg
<b>Uzsonna</b>	Bords Eve Olívaolajjal <sup>7</sup> TK zsemle <sup>1</sup> <del>Zöldpaprika</del> <i>Mód.: paradicsom</i>	Lenmagos TK zsemle <sup>1,11</sup> Kígyó uborka Ráma margarin Füstölt ízesítésű pulykamell sonka <sup>6</sup>	Flóra margarin <sup>7</sup> Vizes zsemle <sup>1</sup> Lapka sajt <sup>7</sup> Jégcsapretek	TK zsemle <sup>1</sup> Baromfipárizsi <sup>1,6,7</sup> Ráma margarin	Pizzás csiga / Pék <sup>1</sup>
	E: 205,32kcal, Zsír: 6,66g, Tel.zsír: 0,00g Feh.: 4,85g, CH: 30,78g, Cuk: 0,04g Só: 0,98g, Ca: 3,60mg	E: 294,56kcal, Zsír: 10,49g, Tel.zsír: 0,00g Feh.: 13,48g, CH: 35,23g, Cuk: 0,22g Só: 2,38g, Ca: 5,70mg	E: 286,10kcal, Zsír: 9,63g, Tel.zsír: 0,00g Feh.: 10,13g, CH: 30,75g, Cuk: 0,00g Só: 0,84g, Ca: 9,24mg	E: 296,26kcal, Zsír: 14,92g, Tel.zsír: 0,00g Feh.: 8,03g, CH: 31,38g, Cuk: 0,04g Só: 1,41g, Ca: 1,20mg	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

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

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

**Allergének:**1. Glutént tartalmazó gabona, 2. Rákfélék 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. Szezámag és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfürt