

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	TEJ 1,5 Csokis gabonagolyó  En: 469 kJ ( 112 kCal) Zsír: 3,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 13,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 7,1 g Só: 0,0 g Allergének:1,5,6,7,8,11	Vadmalnás tea Gépsonka Delma margarin TK zsemle Kígyó uborka  En: 1405 kJ ( 336 kCal) Zsír: 9,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 49,0 g Cukor: 15,0 g Feh: 13,3 g Só: 1,3 g Allergének:1,6,7	Kakaó Panini  En: 1394 kJ ( 333 kCal) Zsír: 6,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,8 g Cukor: 11,6 g Feh: 12,7 g Só: 0,8 g Allergének:1,7	Narancsos zöldtea Baromfipárizsi Liga Csökk. zsirtart. margarin Félbarna kenyér  En: 1600 kJ ( 382 kCal) Zsír: 15,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,3 g Cukor: 15,0 g Feh: 7,9 g Só: 1,0 g Allergének:1,6,7	TEJ 1,5 Korpás kifli sószegevény  En: 1089 kJ ( 260 kCal) Zsír: 4,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,0 g Cukor: 0,8 g Feh: 11,0 g Só: 0,4 g Allergének:1,7
Ebéd	Legényfogóleves Mákos metélt Körte  En: 3340 kJ ( 798 kCal) Zsír: 27,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 100,2 g Cukor: 20,0 g Feh: 33,7 g Só: 1,0 g Allergének:1,5,7,8,10,11	Csontleves Csiga tészta Sárgaborsó főzelék Sült kolbász ( Debreceni)  En: 2925 kJ ( 699 kCal) Zsír: 31,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 65,4 g Cukor: 0,0 g Feh: 35,4 g Só: 3,0 g Allergének:1,3,6,7,9	Paradicsom leves Grillfűszeres csirkemellfilé Zöldséges rizs Kovászos uborka  En: 3402 kJ ( 813 kCal) Zsír: 32,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 96,7 g Cukor: 8,0 g Feh: 32,5 g Só: 2,9 g Allergének:1,7,9,10	Kertészleves Burgonyafőzelék Sertés húsgolyók  En: 2408 kJ ( 575 kCal) Zsír: 22,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 66,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 20,4 g Só: 2,5 g Allergének:1,3,6,7,9,12	Alma leves Sertéspörkölt Bulgur Vegyesvágott savanyú  En: 3384 kJ ( 808 kCal) Zsír: 26,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 103,8 g Cukor: 17,5 g Feh: 33,2 g Só: 2,0 g Allergének:1,6,7,11
Uzsonna	Száraz csemege szalámi Ráma margarin TK zsemle Paradicsom  En: 1663 kJ ( 397 kCal) Zsír: 22,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 35,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,7 g Só: 2,7 g Allergének:1,7	Tejszínes sajtkrém Graham kenyér  En: 997 kJ ( 238 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,3 g Cukor: 0,0 g Feh: 6,9 g Só: 0,4 g Allergének:1,7	Zalai felvágott Delma multivitamin margarin 40 TK formakenyér Zöldpaprika  En: 1357 kJ ( 324 kCal) Zsír: 15,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,9 g Só: 1,6 g Allergének:1,6,7	Teavaj TK zsemle Kígyó uborka  En: 732 kJ ( 175 kCal) Zsír: 1,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,8 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,4 g Só: 0,9 g Allergének:1,7	Kakaós csiga/Pék  En: 538 kJ ( 128 kCal) Zsír: 2,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 23,7 g Cukor: 7,5 g Feh: 3,8 g Só: 0,0 g Allergének:1

Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

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

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákok és abból 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 tejtermékek, beleértve a laktózt, 8.-Diók, mogyorók és azokból készült termékek, 9.-Zeller és abból készült termékek, 10.-Mustár és abból készült termékek, 11.-szezámmag és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfürt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek