

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	<p>Citromos tea Fokhagymás szelet Félbarna kenyér (1) Kaliforniai paprika</p> <p>En: 864 kJ (206 kCal) Zsír: 0,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,9 g Cukor: 9,0 g Feh: 5,0 g Só: 0,9 g</p>	<p>Trópusi gyümölcsstea Gépsonka (1,6,7) Ráma margarin TK formakenyér (1) Zöldpaprika</p> <p>En: 1671 kJ (399 kCal) Zsír: 13,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 53,8 g Cukor: 20,0 g Feh: 13,4 g Só: 2,0 g</p>		<p>TEJ 1,5 (7) Rozsos bagett (1)</p> <p>En: 1244 kJ (297 kCal) Zsír: 5,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 46,9 g Cukor: 0,9 g Feh: 13,1 g Só: 0,9 g</p>	<p>Zöld tea Körözött (7) TK zsemle (1) Zöldpaprika</p> <p>En: 1146 kJ (274 kCal) Zsír: 2,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 52,1 g Cukor: 15,0 g Feh: 8,4 g Só: 1,4 g</p>
Ebéd	<p>Palócleves marhahúsból (1,7,9) Mákos metélt (1,5,8,11) Szezonális gyümölcs</p> <p>En: 3984 kJ (952 kCal) Zsír: 32,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 122,6 g Cukor: 20,0 g Feh: 31,8 g Só: 1,0 g</p>	<p>Csontleves (1,9) Szárzészta-levesbetét (1,3) Sertés húsgolyók (1,3,6,12) Paradicsommártás (1,7,9) Főtt burgonya Nápolyi (1,3,5,6,7,8)</p> <p>En: 3113 kJ (743 kCal) Zsír: 25,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 98,1 g Cukor: 17,0 g Feh: 24,5 g Só: 2,8 g</p>		<p>Kertészleves (1,9) Sertéspaprikás (1,7) Tésztaköret(koleszterinmentes) (1)</p> <p>En: 3273 kJ (782 kCal) Zsír: 34,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 79,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 33,5 g Só: 1,6 g</p>	<p>Karfiolleves (1,9) Szárzészta-levesbetét (1,3) Leccsós csirkemellfilé Bulgur (1)</p> <p>En: 3740 kJ (893 kCal) Zsír: 42,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 89,1 g Cukor: 2,5 g Feh: 37,2 g Só: 4,5 g</p>
Uzsonna	<p>Lapka sajt (7) Delma margarin TK zsemle (1)</p> <p>En: 1208 kJ (289 kCal) Zsír: 12,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,3 g Cukor: 0,1 g Feh: 10,5 g Só: 0,9 g</p>	<p>Sajtos-rúd (1)</p> <p>En: 638 kJ (152 kCal) Zsír: 9,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 13,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 2,8 g Só: 0,0 g</p>		<p>Zalai felvágott (1,6,7) Ráma margarin Jégcsap retek TK formakenyér (1)</p> <p>En: 1452 kJ (347 kCal) Zsír: 18,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,5 g Cukor: 0,1 g Feh: 11,0 g Só: 2,3 g</p>	<p>Lekváros táska (1)</p> <p>En: 1273 kJ (304 kCal) Zsír: 12,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,8 g Cukor: 2,0 g Feh: 3,9 g Só: 0,4 g</p>

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.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákóc 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.-szeszámog 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