

# Étlap

37. hét

2023. szeptember 11 - 2023. szeptember 15

Étlap: D+M Kft.

Korcsoport: 15-18 éves

2023.09.11 Hétfő	2023.09.12 Kedd	2023.09.13 Szerda	2023.09.14 Csütörtök	2023.09.15 Péntek
<p>Palócleves pulykából<sup>1,3,7,9,10</sup> Csoki öntet<sup>1,7</sup> Kukoricás kenyér<sup>1</sup> Piskóta kocka Szezonális gyümölcs</p> <p>E: 1 066,69kcal, Zsír: 26,65g, Tel.zsír.: 1,85g Feh.: 39,36g, CH: 161,26g, Cuk: 41,07g Só: 1,42g, Ca: 281,95mg</p>	<p>Csontleves<sup>1,3,7,9,10</sup> Csigá tészta<sup>1,3,7</sup> Paradicsomos káposzta<sup>1,7,9</sup> Apró pecsenye<sup>1</sup> Fehér formakenyér<sup>1</sup></p> <p>E: 1 007,34kcal, Zsír: 32,69g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 35,71g, CH: 143,70g, Cuk: 19,98g Só: 1,74g, Ca: 154,81mg</p>	<p>Burgonyakrémleves<sup>1,7,9</sup> Leves gyöngy<sup>1</sup> Majorannás sertés tokány<sup>1</sup> Szarvacska tészta</p> <p>E: 1 137,44kcal, Zsír: 57,71g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 38,78g, CH: 110,94g, Cuk: 0,00g Só: 0,64g, Ca: 64,94mg</p>	<p>Tavaszi leves<sup>1,3,9</sup> Panírozott hal-rúd sütőben<sup>1,3,4,7</sup> Párolt rizs Light-tartármártás<sup>1,3,5,6,7</sup></p> <p>E: 1 417,96kcal, Zsír: 76,14g, Tel.zsír.: 1,86g Feh.: 33,15g, CH: 145,43g, Cuk: 14,99g Só: 0,69g, Ca: 67,46mg</p>	<p>Vegyesgyümölcs-leves<sup>1,7</sup> Torockói tarhonyáshús (sertés)<sup>1,3,6,7</sup> Vegyesvágott savanyú</p> <p>E: 1 045,39kcal, Zsír: 43,66g, Tel.zsír.: 1,85g Feh.: 41,21g, CH: 122,63g, Cuk: 14,29g Só: 2,04g, Ca: 85,27mg</p>

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!  
Normál, diétás étlap elérhető: [mfk.bp13.hu](http://mfk.bp13.hu)  
Konyha vezető. Jó étvágyat kívánunk

**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. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt