

# Étlap

45. hét

2024. november 4 - 2024. november 8

Étlap: D+M Kft.

Korcsoport: 15-18 éves

2024.11.04 Hétfő	2024.11.05 Kedd	2024.11.06 Szerda	2024.11.07 Csütörtök	2024.11.08 Péntek
<p>Gulyásleves pulykahúsból<sup>1,3,9</sup> TK formakenyér<sup>1</sup> Tejberizs<sup>7</sup> Csokoládés öntet <sup>**5,7</sup> Szezonális gyümölcs</p> <p>E: 990,47kcal, Zsír: 19,37g, Tel.zsír.: 2,04g Feh.: 37,00g, CH: 156,89g, Cuk: 23,04g Só: 1,17g, Ca: 302,19mg</p>	<p>Csontleves<sup>1,3,7,9,10</sup> Kelkáposzta főzelék<sup>1</sup> Pulykapörkölt<sup>1</sup> Félbarna kenyér<sup>1</sup></p> <p>E: 786,04kcal, Zsír: 32,23g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 37,28g, CH: 84,28g, Cuk: 0,00g Só: 1,48g, Ca: 79,26mg</p>	<p>Zellerkrémleves<sup>1,3,7,9,10</sup> Leves gyöngy<sup>1</sup> Tarhonyáshús szárnyas<sup>1,3</sup> Csemege uborka</p> <p>E: 876,89kcal, Zsír: 40,38g, Tel.zsír.: 0,00g Feh.: 36,98g, CH: 91,10g, Cuk: 0,80g Só: 1,21g, Ca: 134,49mg</p>	<p>Meggyleves<sup>1,7</sup> Kukoricapehely morzsás csirkemell csík<sup>1,3,7</sup> Párolt rizs 1/2 Párolt zöldség fél adag</p> <p>E: 1 185,97kcal, Zsír: 54,21g, Tel.zsír.: 1,27g Feh.: 34,51g, CH: 135,63g, Cuk: 3,50g Só: 2,87g, Ca: 101,98mg</p>	<p>Karfiolleves (tejfölös)<sup>1,3,7</sup> Dunai csirkeragu<sup>1</sup> Bulgur<sup>1</sup></p> <p>E: 971,07kcal, Zsír: 36,27g, Tel.zsír.: 1,24g Feh.: 44,43g, CH: 116,55g, Cuk: 3,08g Só: 0,40g, Ca: 52,50mg</p>

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!  
Normál, diétás étlap elérhető: [imfk.bp13.hu](mailto:imfk.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