

10. hét 2025. március 3 - 2025. március 7

Étlap

Étlap: D+M Kft. Korcsoport: 15-18 éves

2025.03.03 Hétfő	2025.03.04 Kedd	2025.03.05 Szerda	2025.03.06 Csütörtök	2025.03.07 Péntek
<p>Lencseleves zöldséges^{1,7} E: 274kcal, Zsír: 10g, T.zsír: 2g, Feh.: 13g, CH: 33g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>Vadas sertésből^{1,3,7,9,10} E: 405kcal, Zsír: 22g, T.zsír: 2g, Feh.: 23g, CH: 29g, Cuk: 3g, Só: 0,3g</p> <p>Tészta durum¹ E: 325kcal, Zsír: 2g, T.zsír: 0g, Feh.: 12g, CH: 63g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Banán E: 211kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 48g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p>	<p>Csurgatott tojás leves^{1,3,7,9,10} E: 207kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 2g, CH: 15g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p>Zöldborsófőzelék^{1,7} E: 402kcal, Zsír: 18g, T.zsír: 0g, Feh.: 16g, CH: 43g, Cuk: 5g, Só: 0,2g</p> <p>Pulykaapró pecsenye¹ E: 175kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 18g, CH: 12g, Cuk: 0g, Só: 0,9g</p> <p>TK formakenyér¹ E: 141kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,6g</p>	<p>Zellerkrémleves^{1,3,7,9,10} E: 238kcal, Zsír: 15g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 21g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p>Leves gyöngy¹ E: 57kcal, Zsír: 4g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 5g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p>Kinai csirke ragu^{1,6,7,15,16} E: 336kcal, Zsír: 16g, T.zsír: 0g, Feh.: 25g, CH: 16g, Cuk: 5g, Só: 0,3g</p> <p>Bulgur¹ E: 343kcal, Zsír: 7g, T.zsír: 0g, Feh.: 10g, CH: 58g, Cuk: 2g, Só: 0,1g</p>	<p>Zöldbableves (magyaros)^{1,3,7,9,10} E: 138kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 3g, CH: 14g, Cuk: 0g, Só: 0,1g</p> <p>Serpenyős burgonya sertéshússal E: 572kcal, Zsír: 21g, T.zsír: 0g, Feh.: 26g, CH: 61g, Cuk: 0g, Só: 0,3g</p> <p>Félbarna kenyér¹ E: 153kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 4g, CH: 32g, Cuk: 0g, Só: 0,9g</p> <p>Céklasaláta csökkentett só E: 51kcal, Zsír: 0g, T.zsír: 0g, Feh.: 1g, CH: 11g, Cuk: 6g, Só: 0,6g</p>	<p>Olasz zöldségleves^{1,9} E: 190kcal, Zsír: 11g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 18g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Panírozott hal-rúd sütőben^{1,3,4,7} E: 232kcal, Zsír: 8g, T.zsír: 0g, Feh.: 13g, CH: 26g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p> <p>Párolt rizs 1/2 adag ** E: 242kcal, Zsír: 3g, T.zsír: 0g, Feh.: 5g, CH: 47g, Cuk: 0g, Só: 0,0g</p> <p>Párolt zöldség köret fél adag E: 65kcal, Zsír: 1g, T.zsír: 0g, Feh.: 6g, CH: 9g, Cuk: 0g, Só: 0,2g</p>

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. Szezám és abból készült termékek, 12. Kén-dioxid, 13. Puhatestűek, 14. Csillagfűrt, 15. Dióféléket tartalmazhat, 16. Földimogyorót tartalmazhat, 17. Szezámot tartalmazhat