

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2020.09.07.	<i>Kedd</i> 2020.09.08.	<i>Szerda</i> 2020.09.09.	<i>Csütörtök</i> 2020.09.10.	<i>Péntek</i> 2020.09.11.
<i>Ebéd</i>		-Gulyásleves (G, L, T, Z, M, K) -Szilvatöltelékes gombóc (G, K) -Alma	-Sárgarépakrém leves levesgyönggyel (L, G, T, F, D) -Natúr csirkemell (K, G) -Almaszósz (G, L) -Szilva	-Zöldborsóleves (G, L, T, Z, M, K) -Mustáros tarja (M, K) -Petrezselymes burgonya -Félbarna kenyér szeletelt (G, L, T, O, D, S, K) -Alma	-Csontleves eperlevél durum tésztaival (G, Z) -Marhapörkölt (K) -Bulgur köret (G, L, T, Z, M) -Őszibarack
		S:3,0, E:908,0, ZS:18,6, T:1,4, F:30,9, CH:142,7, C:5,8, Ca:21,4	S:3,3, E:878,0, ZS:30,9, T:8,6, F:40,2, CH:106,5, C:4,5, Ca:47,0	S:4,9, E:1 186,0, ZS:41,0, T:2,1, F:47,4, CH:140,3, C:3,7, Ca:93,7	S:2,6, E:993,0, ZS:38,5, T:1,8, F:37,7, CH:117,5, C:9,2, Ca:33,2
<i>Összesen</i>	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:3,0, E:908,0, ZS:18,6, T:1,4, F:30,9, CH:142,7, C:5,8, Ca:21,4	S:3,3, E:878,0, ZS:30,9, T:8,6, F:40,2, CH:106,5, C:4,5, Ca:47,0	S:4,9, E:1 186,0, ZS:41,0, T:2,1, F:47,4, CH:140,3, C:3,7, Ca:93,7	S:2,6, E:993,0, ZS:38,5, T:1,8, F:37,7, CH:117,5, C:9,2, Ca:33,2

Jó étvágyat!

Jelmagyarázat:

S: só (g) E: energia (kcal)
 ZS: zsír (g) T: telített zsírsav (g)
 F: fehérje (g) CH: szénhidrát (g)
 C: cukor (g) Ca: kalcium (mg)

Allergén jelmagyarázat:

G: glutén, gabonák Z: zeller D: diófélék, mandula, pisztácia C: csillagfűrt
 L: laktóz, tej, tejtermékek R: rákfélék M: mustár P: puhatestűek
 T: tojás, fehérje H: halak S: szezámag
 F: földimogyoró O: szója K: szulfitok, kén-dioxid