

Diétás óvodás/ tejfehérje alergia

Étlap

2022. június 13 - 2022. június 17

Étkezés	2022.06.13 Hétfő	2022.06.14 Kedd	2022.06.15 Szerda	2022.06.16 Csütörtök	2022.06.17 Péntek
Tízórai	Kenyér felvágott paprika ₁ , Tea - gyümölcs	Májkrém teljes kiőrlésű zsemle _{1,6} , Zöldárú paradicsom	Teljes kiőrlésű stangli ₁ , Szalámis /kométás/, Tea	teljes kiőrlésű kenyér ₁ , Szalámi paprikás, Zöldárú kigyóuborka	teljes kiőrlésű kenyér ₁ , Zöldárú paradicsom, Főtt tojás ₃
Ebéd	SpárgakréMLEVES diétás, Bolognai spagetti sült paradicsommal	Raguleves sertésből _{1,3} , kakaós palacsinta diétás ₁	Zöldségleves daragaluskával _{1,3} , Natúr sertésszelet /karaj/ ₁ , Rozmaringos főtt burgonya	Lebbencsleves ₁ , Pulykapörkölt ₁ , Tökfőzelék diétás ₁ , Kenyér ₁	Karalábé leves diétás ₁ , Csirkemell Erdészné módrá ₇ , Párolt bulgur ₁
Uzsonna	Kifli ₁	teljes kiőrlésű kenyér ₁ , Zöldárú lila hagyma, Margarin diétás	Fokhagymás kifli ₁	Banán	Nektarin
Energia:	956,57kcal	880,03kcal	937,66kcal	902,07kcal	771,16kcal
Zsír:	36,29g	39,39g	44,05g	27,04g	24,06g
Telített zsírsav:	3,62g	6,32g	7,41g	3,20g	5,68g
Fehérje:	34,87g	25,17g	34,11g	34,01g	39,40g
Szénhidrát:	121,03g	101,00g	99,62g	125,28g	99,21g
Hozzáadott cukor:	5,00g	1,00g	5,00g	g	g
Só:	0,93g	2,15g	1,81g	2,74g	1,94g
Ca:	57,14mg	108,09mg	93,34mg	87,79mg	215,16mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. Glutént tartalmazó gabona | 8. Diófélék |
| 2. Rákfélék és azokból készült termékek | 9. Zeller és abból készült termékek |
| 3. Tojás és abból készült termékek | 10. Mustár és abból készült termékek |
| 4. Halak és azokból készült termékek | 11. Szezám és abból készült termékek |
| 5. Földimogyoró és abból készült termékek | 12. Kén-dioxid |
| 6. Szójabab és abból készült termékek | 13. Puhatestűek |
| 7. Tej és abból készült termékek | 14. Csillagfürt |