

ÉTLAP 2020.48.hét

Bölcsőde 1-3 év

	2020.11.23.	2020.11.24.	2020.11.25.	2020.11.26.	2020.11.27.
Reggeli	Sajtkrém, rozskenyér TK Kápia paprika Tej	Diós túrókrém Fehér kenyér Kakaó	Pulykasonka, margarin Félbarna kenyér Paradicsom Tea	Tejben dara Kakaószórás	Körözöttes Félbarna kenyér Tea
	energia: 318 Kcal fehérje: 15 g zsír / telített zs.: 13 g / 7,3 g szénhidrát: 34 g cukor: 0 g só: 1,5 g	energia: 369 Kcal fehérje: 16 g zsír / telített zs.: 15 g / 6,4 g szénhidrát: 42 g cukor: 15 g só: 0,8 g	energia: 125 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 3 g / 0,9 g szénhidrát: 18 g cukor: 3 g só: 1 g	energia: 198 Kcal fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 5 g / 2,7 g szénhidrát: 31 g cukor: 12 g só: 0,2 g	energia: 120 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 2 g / 0,8 g szénhidrát: 20 g cukor: 3 g só: 0,6 g
	Allergének: glutén; tejszermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtészója	Allergének: glutén; tejszermék, laktóz; diófélék Feltételezhető: csillagfürtészója	Allergének: glutén Feltételezhető: csillagfürt; szója; tejszermék, laktóz	Allergének: glutén; tejszermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejszermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtészója
Tízórai	Banánturmix	Tea, Mandarin	Őszibarackturmix	Tea	Eperturmix
	energia: 152 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 4 g / 2,3 g szénhidrát: 23 g cukor: 5 g só: 0,2 g	energia: 48 Kcal fehérje: 1 g zsír / telített zs.: 0 g / 0 g szénhidrát: 10 g cukor: 3 g só: 0 g	energia: 127 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 4 g / 2,3 g szénhidrát: 17 g cukor: 5 g só: 0,2 g	energia: 15 Kcal fehérje: 0 g zsír / telített zs.: 0 g / 0 g szénhidrát: 4 g cukor: 3 g só: 0 g	energia: 152 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 6 g / 3 g szénhidrát: 16 g cukor: 0 g só: 0,2 g
	Allergének: tejszermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: tejszermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: Feltételezhető:	Allergének: tejszermék, laktóz Feltételezhető:
Ebéd	Zöldbableves Rakott kelkáposzta Alma	Csirkeleves Zöldborsófőzelék Főtt tojás	Gombaleves, tejfölös Sertéssült Tört burgonya Párolt káposzta	Zabgaluska leves Káposztafőzelék Májvas vagdalt	Gyümölcsleves Rántott hal Zöldséges bulgur
	energia: 266 Kcal fehérje: 15 g zsír / telített zs.: 12 g / 2,8 g szénhidrát: 24 g cukor: 0 g só: 0,3 g	energia: 335 Kcal fehérje: 27 g zsír / telített zs.: 11 g / 2,9 g szénhidrát: 30 g cukor: 0 g só: 0,5 g	energia: 449 Kcal fehérje: 20 g zsír / telített zs.: 18 g / 4 g szénhidrát: 51 g cukor: 1 g só: 0,3 g	energia: 390 Kcal fehérje: 15 g zsír / telített zs.: 15 g / 3,3 g szénhidrát: 48 g cukor: 0 g só: 0,5 g	energia: 306 Kcal fehérje: 15 g zsír / telített zs.: 10 g / 2,3 g szénhidrát: 40 g cukor: 7 g só: 0,3 g
	Allergének: tejszermék, laktóz; zeller Feltételezhető: glutén	Allergének: zeller; tojás; glutén; tejszermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: zeller; glutén; tejszermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejszermék, laktóz; tojás; zeller Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: hal; glutén; tejszermék, laktóz Feltételezhető:
Uzsonna	Gyümölcsjoghurt Babapiskóta	Poharas tej 2,8% Korpás kifli	Csokoládé és vanília puding Lekváros croissant	Edami sajt, margarin Kornspitz, TV paprika	Vajkrémes TK zsemle Tej poharas 2,8%
	energia: 191 Kcal fehérje: 6 g zsír / telített zs.: 5 g / 2,6 g szénhidrát: 29 g cukor: 16 g só: 0,4 g	energia: 187 Kcal fehérje: 10 g zsír / telített zs.: 6 g / 3,2 g szénhidrát: 23 g cukor: 0 g só: 0,5 g	energia: 194 Kcal fehérje: 4 g zsír / telített zs.: 10 g / 3,3 g szénhidrát: 23 g cukor: 13 g só: 0,3 g	energia: 271 Kcal fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 16 g / 6,3 g szénhidrát: 19 g cukor: 0 g só: 1,1 g	energia: 260 Kcal fehérje: 11 g zsír / telített zs.: 10 g / 5,1 g szénhidrát: 30 g cukor: 0 g só: 0,7 g
	Allergének: glutén; tojás; tejszermék, laktóz Feltételezhető: kén-dioxid, szulfid	Allergének: glutén; tejszermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejszermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; kén-dioxid, szulfid; szója	Allergének: tejszermék, laktóz; glutén; szesám Feltételezhető: csillagfürt; szója	Allergének: tejszermék, laktóz; glutén Feltételezhető: csillagfürt

Jó étvágyat kívánunk! A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja! Az egyes ételféleségek allergén összetevőiről bővebb információ a Főzőkonyhán kapható.

Szabó Beáta
Élelmezésvezető

Angyal Attila
Konyhafőnök

Dr. Kacz Károlyné
Dietetikus

Szécsényi Agro-Help Nonprofit Kft. FŐZŐKONYHA**3170 Szécsény, Magyar út 13-15.****ÉTLAP 2020.48.hét****Óvoda 4-6 év**

	2020.11.23.	2020.11.24.	2020.11.25.	2020.11.26.	2020.11.27.
Tízórai	Sajtkrém, rozskenyér TK Kápia paprika Tej	Diós túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér Kakaó	Pulykasonka, margarin Magvas TK kenyér Paradicsom Tea	Tejben dara Kakaószórás	Körözöttes Félbarna kenyér Tea
	energia: 346 Kcal fehérje: 16 g zsír / telített zs.: 13 g / 7,3 g szénhidrát: 40 g cukor: 0 g só: 1,7 g	energia: 359 Kcal fehérje: 16 g zsír / telített zs.: 12 g / 4,9 g szénhidrát: 45 g cukor: 17 g só: 0,6 g	energia: 168 Kcal fehérje: 8 g zsír / telített zs.: 6 g / 1,6 g szénhidrát: 21 g cukor: 4 g só: 1 g	energia: 347 Kcal fehérje: 11 g zsír / telített zs.: 4 g / 2,3 g szénhidrát: 25 g cukor: 25 g só: 0,3 g	energia: 185 Kcal fehérje: 9 g zsír / telített zs.: 3 g / 1,3 g szénhidrát: 31 g cukor: 3 g só: 1 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfűrtészta	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; diófélék Feltételezhető: csillagfűrt	Allergének: glutén Feltételezhető: szójatejtermék, laktóz; szeszám	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfűrtészta
Ebéd	Zöldbableves Rakott kelkáposzta	Csirkeleves Zöldborsófőzelék Főtt tojás	Gombaleves, tejfőlös Sertéssült Tört burgonya Párolt káposzta	Zabgaluska leves Káposztafőzelék Májvas vagdalt	Gyümölcsleves Rántott hal Zöldséges bulgur Céklasaláta
	energia: 414 Kcal fehérje: 18 g zsír / telített zs.: 22 g / 6,4 g szénhidrát: 34 g cukor: 0 g só: 0,9 g	energia: 416 Kcal fehérje: 36 g zsír / telített zs.: 13 g / 2,8 g szénhidrát: 39 g cukor: 0 g só: 0,5 g	energia: 574 Kcal fehérje: 26 g zsír / telített zs.: 23 g / 5,2 g szénhidrát: 64 g cukor: 2 g só: 0,4 g	energia: 426 Kcal fehérje: 17 g zsír / telített zs.: 15 g / 3,4 g szénhidrát: 55 g cukor: 0 g só: 0,8 g	energia: 435 Kcal fehérje: 19 g zsír / telített zs.: 13 g / 2,9 g szénhidrát: 62 g cukor: 14 g só: 0,8 g
	Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető:	Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tojás; zeller; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfűrt	Allergének: hal; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:
Uzsonna	Gyümölcsjoghurt Kifli	Poharas tej 2,8% Korpás kifli	Csokoládé és vanília puding Lekváros croissant	Edami sajt, margarin TK kifli, TV paprika	Vajkrémes TK zsemle Tej poharas 2,8%
	energia: 203 Kcal fehérje: 7 g zsír / telített zs.: 5 g / 2,4 g szénhidrát: 33 g cukor: 10 g só: 0,8 g	energia: 206 Kcal fehérje: 10 g zsír / telített zs.: 6 g / 3,2 g szénhidrát: 27 g cukor: 0 g só: 0,6 g	energia: 326 Kcal fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 17 g / 5,4 g szénhidrát: 36 g cukor: 18 g só: 0,5 g	energia: 236 Kcal fehérje: 12 g zsír / telített zs.: 11 g / 5,8 g szénhidrát: 21 g cukor: 0 g só: 1,2 g	energia: 313 Kcal fehérje: 14 g zsír / telített zs.: 11 g / 5,1 g szénhidrát: 40 g cukor: 0 g só: 0,9 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfűrt; kén-dioxid, szulfid; szója	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: csillagfűrt	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: csillagfűrt

Jó étvágyat kívánunk! A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja! Az egyes ételféleségek allergén összetevőiről bővebb információ a Főzőkonyhán kapható.

Szabó Beáta
Élelmezésvezető

Angyal Attila
Konyhafőnök

Dr. Kacz Károlyné
Dietetikus

	2020.11.23.	2020.11.24.	2020.11.25.	2020.11.26.	2020.11.27.
Tízórai	Sajtkrém, rozskenyér TK Kápia paprika Tej	Diós túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér Kakaó	Pulykasonka, margarin Magvas TK kenyér Paradicsom Tea	Tejben dara Kakaószórák	Körözöttes Félbarna kenyér Tea
	energia: 375 Kcal szénhidrát: 41 g fehérje: 17 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 16 g / 8,7 g só: 1,9 g	energia: 416 Kcal szénhidrát: 58 g fehérje: 21 g cukor: 19 g zsír / telített zs.: 11 g / 4,8 g só: 0,9 g	energia: 265 Kcal szénhidrát: 35 g fehérje: 12 g cukor: 4 g zsír / telített zs.: 8 g / 2,3 g só: 1,4 g	energia: 396 Kcal szénhidrát: 75 g fehérje: 13 g cukor: 26 g zsír / telített zs.: 5 g / 2,5 g só: 0,5 g	energia: 242 Kcal szénhidrát: 38 g fehérje: 12 g cukor: 4 g zsír / telített zs.: 4 g / 2,1 g só: 1,2 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtészója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; diófélék Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: glutén Feltételezhető: szójaitejtermék, laktóz; szeszám	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtészója
Ebéd	Zöldbableves Rakott kelkáposzta	Csirkeleves Zöldborsófőzelék Főtt tojás	Gombaleves, tejfölös Sertéssült Tört burgonya Párolt káposzta	Zabgaluska leves Káposztafőzelék Májjas vagdalt	Gyümölcsleves Rántott hal Zöldséges bulgur
	energia: 500 Kcal szénhidrát: 37 g fehérje: 23 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 29 g / 8,2 g só: 1,4 g	energia: 481 Kcal szénhidrát: 47 g fehérje: 41 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 14 g / 3,1 g só: 1 g	energia: 698 Kcal szénhidrát: 77 g fehérje: 32 g cukor: 3 g zsír / telített zs.: 28 g / 6,2 g só: 1 g	energia: 539 Kcal szénhidrát: 67 g fehérje: 20 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 20 g / 4,7 g só: 1,5 g	energia: 544 Kcal szénhidrát: 73 g fehérje: 24 g cukor: 15 g zsír / telített zs.: 17 g / 4,5 g só: 0,5 g
	Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető:	Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tojás; zeller; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: hal; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:
Uzsonna	Gyümölcsjoghurt Kifli	Poharas tej 2,8% Korpás kifli	Csokoládé és vanília puding Lekváros croissant	Edami sajt, margarin TK kifli, TV paprika	Vajkrémes TK zsemle Tej poharas 2,8%
	energia: 245 Kcal szénhidrát: 42 g fehérje: 8 g cukor: 10 g zsír / telített zs.: 5 g / 2,5 g só: 1,1 g	energia: 250 Kcal szénhidrát: 35 g fehérje: 12 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 7 g / 3,3 g só: 0,9 g	energia: 326 Kcal szénhidrát: 36 g fehérje: 5 g cukor: 18 g zsír / telített zs.: 17 g / 5,4 g só: 0,5 g	energia: 288 Kcal szénhidrát: 32 g fehérje: 15 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 11 g / 5,7 g só: 1,3 g	energia: 332 Kcal szénhidrát: 40 g fehérje: 14 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 13 g / 6,1 g só: 0,9 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; kéndioxid, szulfít; szója	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: csillagfürt

Jó étvágyat kívánunk! A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja! Az egyes ételféleségek allergén összetevőiről bővebb információ a Főzőkonyhán kapható.

Szabó Beáta
Élelmezésvezető

Angyal Attila
Konyhafőnök

Dr. Kacz Károlyné
Dietetikus

	2020.11.23.	2020.11.24.	2020.11.25.	2020.11.26.	2020.11.27.
Tízórai	Sajtkrém, rozskenyér TK Kápia paprika Tej	Diós túrókrém Teljes kiőrlésű kenyér Kakaó	Pulykasonka, margarin Magvas TK kenyér Paradicsom Tea	Tejben dara Kakaósztórás	Körözöttes Félbarna kenyér Tea
	energia: 483 Kcal szénhidrát: 52 g fehérje: 22 g zsír / telített zs.: 21 g / 11,6 g cukor: 0 g só: 2,7 g	energia: 535 Kcal szénhidrát: 61 g fehérje: 25 g zsír / telített zs.: 21 g / 7,9 g cukor: 19 g só: 0,9 g	energia: 295 Kcal szénhidrát: 39 g fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 9 g / 2,6 g cukor: 4 g só: 1,5 g	energia: 396 Kcal szénhidrát: 75 g fehérje: 13 g zsír / telített zs.: 5 g / 2,5 g cukor: 26 g só: 0,5 g	energia: 301 Kcal szénhidrát: 49 g fehérje: 15 g zsír / telített zs.: 5 g / 2,5 g cukor: 9 g só: 1,4 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtészója	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz; diófélék Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: glutén Feltételezhető: szójaitejtermék, laktóz; szeszám	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürtészója
Ebéd	Zöldbableves Rakott kelkáposzta	Csirkeleves Zöldborsófőzelék Főtt tojás Teljes kiőrlésű kenyér	Gombaleves, tejfőlös Sertéssült Tört burgonya Párolt káposzta	Zabgaluska leves Káposztafőzelék Májvas vagdalt	Gyümölcsleves Rántott hal Zöldséges bulgur
	energia: 554 Kcal szénhidrát: 42 g fehérje: 26 g zsír / telített zs.: 31 g / 9,1 g cukor: 0 g só: 1,6 g	energia: 695 Kcal szénhidrát: 80 g fehérje: 51 g zsír / telített zs.: 18 g / 4 g cukor: 0 g só: 1,8 g	energia: 806 Kcal szénhidrát: 94 g fehérje: 35 g zsír / telített zs.: 31 g / 7,1 g cukor: 4 g só: 1,6 g	energia: 647 Kcal szénhidrát: 81 g fehérje: 24 g zsír / telített zs.: 25 g / 5,4 g cukor: 0 g só: 2,2 g	energia: 686 Kcal szénhidrát: 96 g fehérje: 29 g zsír / telített zs.: 21 g / 5,3 g cukor: 21 g só: 0,7 g
	Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; zeller; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tojás; zeller; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: hal; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:
Uzsonna	Gyümölcsjoghurt Kifli	Poharas tej 2,8% Korpás kifli	Csokoládé és vanília puding Lekváros croissant	Edami sajt, margarin TK kifli, TV paprika	Vajkrémes TK zsemle Tej poharas 2,8%
	energia: 365 Kcal szénhidrát: 67 g fehérje: 12 g zsír / telített zs.: 5 g / 2,6 g cukor: 10 g só: 1,8 g	energia: 250 Kcal szénhidrát: 35 g fehérje: 12 g zsír / telített zs.: 7 g / 3,3 g cukor: 0 g só: 0,9 g	energia: 326 Kcal szénhidrát: 36 g fehérje: 5 g zsír / telített zs.: 17 g / 5,4 g cukor: 18 g só: 0,5 g	energia: 323 Kcal szénhidrát: 32 g fehérje: 17 g zsír / telített zs.: 14 g / 7,4 g cukor: 0 g só: 1,5 g	energia: 332 Kcal szénhidrát: 40 g fehérje: 14 g zsír / telített zs.: 13 g / 6,1 g cukor: 0 g só: 0,9 g
	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfürt; kéndioxid, szulfít; szója	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: csillagfürt	Allergének: tejtermék, laktóz; glutén Feltételezhető: csillagfürt

Jó étvágyat kívánunk! A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja! Az egyes ételféleségek allergén összetevőiről bővebb információ a Főzőkonyhán kapható.

Szabó Beáta
Élelmezésvezető

Angyal Attila
Konyhafőnök

Dr. Kacz Károlyné
Dietetikus

Szécsényi Agro-Help Nonprofit Kft. FŐZŐKONYHA

3170 Szécsény, Magyar út 13-15.

ÉTLAP 2020.48.hét

Felnőtt

	2020.11.23.	2020.11.24.	2020.11.25.	2020.11.26.	2020.11.27.
A MENÜ Ebéd ÁRA 748.-FT ELDOBHATÓ DOBOZBA 848.-FT	Zöldbableves Rakott kelkáposzta	Csirkeleves Zöldborsófőzelék Főtt tojás Teljes kiőrlésű kenyér	Gombaleves, tejfölös Sertésült Tört burgonya Párolt káposzta	Zabgaluska leves Káposztafőzelék Májás vagdalt Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsleves Rántott hal Zöldséges bulgur Céklasaláta
	energia: 785 Kcal szénhidrát: 61 g fehérje: 36 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 44 g / 12,4 g só: 2,6 g	energia: 789 Kcal szénhidrát: 94 g fehérje: 55 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 21 g / 4,5 g só: 2,2 g	energia: 828 Kcal szénhidrát: 98 g fehérje: 35 g cukor: 4 g zsír / telített zs.: 32 g / 7,2 g só: 1,6 g	energia: 789 Kcal szénhidrát: 109 g fehérje: 30 g cukor: 0 g zsír / telített zs.: 25 g / 5,4 g só: 2,8 g	energia: 709 Kcal szénhidrát: 103 g fehérje: 31 g cukor: 24 g zsír / telített zs.: 20 g / 4,5 g só: 1,4 g
	Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; zeller; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető: csillagfűrt	Allergének: zeller; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén; tojás; zeller; tejtermék, laktóz Feltételezhető: csillagfűrt	Allergének: hal; glutén; tejtermék, laktóz Feltételezhető:
	2020.11.23.	2020.11.24.	2020.11.25.	2020.11.26.	2020.11.27.
B MENÜ Ebéd ÁRA 850.-FT ELDOBHATÓ DOBOZBA	Zöldbableves Gödöllői töltött csirkecomb Ropogós téli zöldsaláta, kefires öntettel Gyümölcsrizs	Csirkeleves Eszterházy marharostélyos Makaróni Almás pite	Gombaleves, tejfölös Cigánypecsenye Párolt rizs Ecetes almapirika Csokis piskóta	Zabgaluska leves Rántott sertésszelet Párolt színes zöldségköret Kókuszos sütemény	Gyümölcsleves Sertéspörkölt Tarhonyával Csemege uborka Mézeskalács szelet
	energia: 1082 Kcal szénhidrát: 128 g fehérje: 49 g cukor: 32 g zsír / telített zs.: 41 g / 14,9 g só: 3 g	energia: 1304 Kcal szénhidrát: 190 g fehérje: 67 g cukor: 14 g zsír / telített zs.: 29 g / 6,2 g só: 1,9 g	energia: 1349 Kcal szénhidrát: 105 g fehérje: 34 g cukor: 18 g zsír / telített zs.: 87 g / 29,3 g só: 5,4 g	energia: 1201 Kcal szénhidrát: 128 g fehérje: 49 g cukor: 24 g zsír / telített zs.: 54 g / 13,6 g só: 4,9 g	energia: 935 Kcal szénhidrát: 98 g fehérje: 34 g cukor: 14 g zsír / telített zs.: 45 g / 12,6 g só: 4,3 g
	Allergének: tejtermék, laktóz; zeller; mustár; glutén; tojás Feltételezhető: kéndioxid, szulfít; csillagfűrt	Allergének: glutén; zeller; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető: csillagfűrt	Allergének: glutén; tojás; zeller; tejtermék, laktóz Feltételezhető: kéndioxid, szulfít; mustár	Allergének: glutén; tojás; zeller Feltételezhető: tejtermék, laktóz	Allergének: mustár; glutén; tejtermék, laktóz; tojás Feltételezhető: csillagfűrt
	2020.11.23.	2020.11.24.	2020.11.25.	2020.11.26.	2020.11.27.

Jó étvágyat kívánunk! A főzőkonyha indokolt esetben az étlaptól történő eltérés jogát fenntartja! Az egyes ételféleségek allergén összetevőiről bővebb információ a Főzőkonyhán kapható.

Rendelés agrokonyha@gmail.com vagy 06 20 293 4288 telefonon reggel 9 óráig!

Szabó Beáta
Élelmezésvezető

Angyal Attila
Konyhafőnök

Dr. Kacz Károlyné
Dietetikus