

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Friss citromos tea Vajkrém (7) TK zsemle (1) En: 904 kJ (216 kCal) Zsír: 4,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 37,3 g Cukor: 4,1 g Feh: 5,2 g Só: 0,9 g	Csokoládés tej (1,5,7) Molnárika 50g (1) En: 1176 kJ (281 kCal) Zsír: 6,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 43,2 g Cukor: 5,9 g Feh: 10,6 g Só: 0,4 g	Fekete ribizli tea Vaj (7) Méz Fehér formakenyér (1) En: 1066 kJ (255 kCal) Zsír: 8,5 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 39,7 g Cukor: 12,1 g Feh: 3,9 g Só: 0,8 g	TEJ 1,5 (7) Foszlóskalács (1) En: 997 kJ (238 kCal) Zsír: 6,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 34,0 g Cukor: 2,9 g Feh: 10,4 g Só: 0,3 g	Vegyes gyümölcs tea Nádudvari snidlinges sajt-kém (1,7) TK formakenyér (1) En: 519 kJ (124 kCal) Zsír: 2,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 21,2 g Cukor: 4,0 g Feh: 4,3 g Só: 0,4 g
Ebéd	Gulyásleves sertéshúsból (1,9) Káposztás kocka (1,3) Szezonális gyümölcs En: 2588 kJ (618 kCal) Zsír: 16,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 89,3 g Cukor: 3,0 g Feh: 23,6 g Só: 0,9 g	Vegyesgyümölcs-leves (1,7) Tavaszi csirkemell-ragu (1) Párolt rizs (1) En: 2544 kJ (608 kCal) Zsír: 18,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 87,0 g Cukor: 6,2 g Feh: 21,7 g Só: 0,5 g	Daragaluska-leves (1,3,9) Zöldborsófőzelék (1,7) Rántott szárnyaspárizsi sütőbe (1,3,6,7,11) Szezonális gyümölcs En: 2738 kJ (654 kCal) Zsír: 26,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 77,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 24,1 g Só: 0,6 g	Karfiolleves (1,9) Milánói húsos makaróni (1,3,6,7) En: 2669 kJ (637 kCal) Zsír: 29,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 57,6 g Cukor: 1,4 g Feh: 24,8 g Só: 2,9 g	Tejfölös gombaleves (1,7,9) Debreceni sertéstokány (1,6,7) Petrezselymes burgonya Csemege uborka En: 2226 kJ (532 kCal) Zsír: 22,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 50,4 g Cukor: 0,7 g Feh: 23,5 g Só: 0,9 g
Uzsonna	Gépsonka (1,6,7) Flóra margarin Burgonyás kenyér (1) Paradicsom En: 844 kJ (202 kCal) Zsír: 5,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 22,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 7,7 g Só: 0,8 g	Kolbászkrém TK barnakenyér sószegegy (1) Zöldpaprika En: 856 kJ (205 kCal) Zsír: 4,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 28,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 4,5 g Só: 0,7 g	Joghurtos Delma (7) TK zsemle (1) Kígyó uborka En: 961 kJ (230 kCal) Zsír: 0,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,6 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,3 g Só: 0,9 g	Sertéspárizsi (1,6,7) Delma multivitamin margarin 40 TK formakenyér (1) Zöldpaprika En: 668 kJ (160 kCal) Zsír: 7,5 g T.Zsír: 1,2 g Szh: 17,2 g Cukor: 0,1 g Feh: 5,2 g Só: 0,8 g	Házi szárnyas májkrém (10) Félbarna kenyér (1) En: 573 kJ (137 kCal) Zsír: 2,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 21,8 g Cukor: 0,0 g Feh: 5,8 g Só: 1,1 g

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!
Normál ,diétás étlap elérhető: imfk.bp13.hu
Konyha vezető. Jó étvágyat kívánunk!

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rákóc és abból készült termékek, 3.-Tójas és abból készült termékek, 4.-Halak és azokból készült termékek, 5.-Földimogyoró és abból készült termékek, 6.-Szojabab és abból készült termékek, 7.-Tej- és tejtermékek, beleértve a laktózt, 8.-Diók, mogyorók és azokból készült termékek, 9.-Zeller és abból készült termékek, 10.-Mustár és abból készült termékek, 11.-szezámmag és abból készült termékek, 12.-Kén-dioxid és szulfátok - 10mg/kg konc. esetén, 13.-Csillagfürt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek