

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	Bazsalikomos csirkeraguleves (1,3,7,9,10) Tejbedara kakaósórással (1,7) Szezonális gyümölcs En: 3377 kJ (807 kCal) Zsír: 21,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 111,8 g Cukor: 29,5 g Feh: 32,8 g Só: 0,1 g	Vajgaluska leves (1,3,7,9,10) Paradicsomos káposzta (1,7,9) Vagdalt pogácsa sertéshúsból (1,3) Fehér formakenyér (1) En: 4184 kJ (999 kCal) Zsír: 30,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 144,7 g Cukor: 20,0 g Feh: 36,8 g Só: 3,2 g	Zöldségleves (1,3,7,9,10) Savanyú vetre (sertésből) (1,7) Tésztaköret(koleszterinmentes) (1) Nápolyi (1,3,5,6,7,8) En: 4341 kJ (1037 kCal) Zsír: 47,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 109,3 g Cukor: 15,0 g Feh: 41,6 g Só: 2,2 g	Magyaros burgonyaleves (1,3,7,9,10) Rántott halfilé sütőben (1,3,4) Párolt rizs (1) Light-tartármártás (1,3,5,6,7) En: 4858 kJ (1160 kCal) Zsír: 44,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 144,2 g Cukor: 15,0 g Feh: 41,4 g Só: 3,0 g	Húsleves (1,3,7,9,10) Szárastészta-levesbetét (1,3) Sárgaborsó főzelék (1) Pulykapörkölt TK formakenyér (1) En: 3884 kJ (928 kCal) Zsír: 27,8 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 114,7 g Cukor: 0,1 g Feh: 51,6 g Só: 3,7 g

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

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