

Hétfő		Kedd		Szerda		Csütörtök		Péntek	
Étkezési napirend	Étkezési napirend	Vegyes gyümölcs tea Zöldfűszeres vajkrém (7) Burgonyás kenyér (1)	Narancs-gránátalma tea Lónóskrém (1,6,7) Paradicsom TK formakenyér (1)	TEJ 1,5 (7) Csokis gabonagolyó (1,5,6,7,8,11)	Fekete ribizli tea Diákcsemege (1,6,7) Delma margarin Kígyó uborka TK zsemle (1)				
		En: 741 kJ (177 kCal) Zsír: 4,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 29,7 g Cukor: 4,0 g Feh: 4,1 g Só: 0,7 g	En: 1229 kJ (294 kCal) Zsír: 7,6 g T.Zsír: 0,1 g Szh: 40,7 g Cukor: 5,1 g Feh: 8,0 g Só: 1,9 g	En: 570 kJ (136 kCal) Zsír: 3,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 16,2 g Cukor: 0,0 g Feh: 8,8 g Só: 0,0 g	En: 1495 kJ (357 kCal) Zsír: 17,3 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 38,0 g Cukor: 4,1 g Feh: 10,2 g Só: 1,6 g				
Étkezési napirend	Étkezési napirend	Zöldségleves (1,3,7,9,10) Burgonyafőzelék (1,7) Csirkemell dinó (1,3,6,7,9,10)	Húsgombócleves sertésből (1,3,7,9,10) Darás metélt lekvárral (1) Szezonális gyümölcs	Hamis gulyásleves (1,3,7,9,10) Bakonyi sertéstokány (1,7) Párolt rizs (1)	Csontleves (1,3,7,9,10) Finommetélt (1,3) Kelkáposzta-főzelék (1) Pulykapörkölt				
		En: 2656 kJ (634 kCal) Zsír: 31,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 68,0 g Cukor: 0,0 g Feh: 17,2 g Só: 1,9 g	En: 4488 kJ (1072 kCal) Zsír: 35,2 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 161,9 g Cukor: 36,3 g Feh: 22,1 g Só: 1,5 g	En: 3354 kJ (801 kCal) Zsír: 32,1 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 92,6 g Cukor: 0,0 g Feh: 27,0 g Só: 1,7 g	En: 2160 kJ (516 kCal) Zsír: 21,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 48,5 g Cukor: 0,0 g Feh: 30,9 g Só: 1,5 g				
Étkezési napirend	Étkezési napirend	Gépsonka (1,6,7) Delma margarin TK zsemle (1)	Kocka sajt (7) Kifli (1)	Tavaszi felvágott (1,6,7) Bords Eve Olivádajjal (7) Lennagos TK zsemle (1)	Lekváros táska (1)				
		En: 1128 kJ (269 kCal) Zsír: 9,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 33,1 g Cukor: 0,1 g Feh: 12,8 g Só: 1,3 g	En: 882 kJ (211 kCal) Zsír: 5,9 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 31,1 g Cukor: 0,8 g Feh: 7,2 g Só: 1,3 g	En: 1386 kJ (331 kCal) Zsír: 16,6 g T.Zsír: 3,1 g Szh: 34,8 g Cukor: 0,3 g Feh: 9,8 g Só: 1,9 g	En: 1273 kJ (304 kCal) Zsír: 12,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 42,8 g Cukor: 2,0 g Feh: 3,9 g Só: 0,4 g				

Jó étvágyat kívánunk!

Az étlapváltoztatás jogát,indokolt esetben fentartjuk.

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendre
Normál,diétás étlap elérhető:imfk.bp13.hu
Tar József,k.vez . Tsz:06706279212.

Allergének: 1.-Gabonák, amelyek glutént tartalmaznak, 2.-Rakok és abból készült termékek, 3.-Tojás és abból készült termékek, 4.-Hajak és azokból készült termékek, 5.-Földimogyoró és abból készült termékek, 6.-Szójabab 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.-Csillagfűrt és abból készült termékek, 14.-Puhatestűek és abból készült termékek