

Heti étlap: 2024.12.02. - 2024.12.08. 1 / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Önkormányzati Konyha, Zirc

	2024.12.02. hétfő	2024.12.03. kedd	2024.12.04. szerda	2024.12.05. csütörtök	2024.12.06. péntek	2024.12.07. szombat
Ebéd	Zöldborsó főzelék Sertéspörkölt Kenyér, teljeskiörlésű Meggyes piskóta	Zöldségleves Túrós tészta Alma	Zabgaluskaleves Paradicsomos húsgombóc Főtt burgonya Múzli meggyes HÜGLI	Zeller leves Sült-csirkecomb Párolt rizs Befőtt	Gulyásleves Kakaós csiga Mandarin Mikulás Figura Tejcsokoládé	Karfiollevés Hentestokány Bulgur Banán
Tápérték össz.	En: 3735 kj /889 kc Fehérje: 69,1 gr Szh.: 153,4 gr Cuk:27,5gr Só:2,4 grZsír:44,6 grTzs:16,6 gr Kalc:226,25 gr	En: 3372 kj /803 kc Fehérje: 36,7 gr Szh.: 41,7 gr Cuk:17,6gr Só:2,1 grZsír:38 grTzs:10,3 gr Kalc:211,03 gr	En: 3680 kj /876 kc Fehérje: 44,6 gr Szh.: 146,5 gr Cuk:41,6gr Só:2,7 grZsír:25,6 grTzs:8,4 gr Kalc:138,73 gr	En: 3045 kj /725 kc Fehérje: 48,2 gr Szh.: 102,6 gr Cuk:14,1gr Só:2,3 grZsír:19,2 grTzs:5,4 gr Kalc:89,5 gr	En: 3425 kj /815 kc Fehérje: 37,6 gr Szh.: 157,6 gr Cuk:56,1gr Só:2,3 grZsír:58,4 grTzs:30,6 gr Kalc:153,7 gr	En: 3576 kj /851 kc Fehérje: 34,6 gr Szh.: 72,2 gr Cuk:2,6gr Só:2,5 grZsír:26,3 grTzs:6,5 gr Kalc:200,55 gr
Allergén össze- tevéők össz.	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezámag, Szulfitok	Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezámag, Szulfitok	Glutén, Tojás, Zeller, Mustár, Szulfitok	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Tej, Dió, Zeller, Mustár, Szezámag, Szulfitok	Glutén, Tojás, Földimogyoró, Szójabab, Dió, Zeller, Mustár, Szezámag, Szulfitok, Csillagfürt