

Heti étlap: 2019.06.10. - 2019.06.16. 1 / Napi egyszeri étkeztetés szolgáltatása / 19-69 év

Önkormányzati Konyha, Zirc

	2019.06.10. hétfő	2019.06.11. kedd	2019.06.12. szerda	2019.06.13. csütörtök	2019.06.14. péntek	2019.06.15. szombat
Ebéd		Zöldborsó főzelék *1,7* Pápai húspogácsa Mir.fánk *1* Kenyér *1*	Sertésragúleves *1,3,9* Mákos kalács *1,5,7* Dinnye	Meggyleves *1,7* Tarhonyás hús *1,3* Uborka savanyú	Paradicsomleves *1,3* Rántott sertésszelet szezámmaggal *1,3,7,11* Petr.burgonya Uborka savanyú	
		En: 5669 kj /1350 kc; Feh: 48,8 gr; Szh:163gr;Cuk:0,1gr;Só:8,5 gr; Zsír:92,9gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén, Tej	En: 4887 kj /1164 kc; Feh: 34,9 gr; Szh:193gr;Cuk:0gr;Só:2,3 gr; Zsír:37gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Földimogyoró, Tej, Zeller	En: 3120 kj /743 kc; Feh: 26,3 gr; Szh:118gr;Cuk:0gr;Só:4 gr; Zsír:37,3gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej	En: 5151 kj /1226 kc; Feh: 59,7 gr; Szh:143gr;Cuk:0gr;Só:4 gr; Zsír:82,6gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr Glutén, Tojás, Tej, Szezámag	
Tápérték össz.		En: 5669 kj /1350 kc; Feh:48,8 gr;Szh:163gr;Cuk:0,1gr;Só:8,5gr;Zsír:92,9 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 4887 kj /1164 kc; Feh:34,9 gr;Szh:193gr;Cuk:0gr;Só:2,3gr;Zsír:37 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 3120 kj /743 kc; Feh:26,3 gr;Szh:118gr;Cuk:0gr;Só:4gr;Zsír:37,3 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	En: 5151 kj /1226 kc; Feh:59,7 gr;Szh:143gr;Cuk:0gr;Só:4gr;Zsír:82,6 gr;Tzs:0 gr;Kalc:0 gr	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezámag; 12:Szulfidok; 13:Csillagfürt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Aláírás: