

Heti étlap 2019.12.09. - 2019.12.13.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
 <b>Ebéd</b>	<b>Hisztaminszegény 7-10</b>	Magyaros zöldségleves, Levesbetét, Sertéssült, Tököfőzelék, Zsemle	Magyaros csipetkeleves, Húsos szósz, Főtt tészta	Levesbetét, Kertészleves, Húsgombóc, Brokkoli főzelék, Zsemle	Sertáshúsos-rizses egytálétel, Meggyleves almával	Magyaros Karfiolleves, Főtt tészta, Csirkecomb filé pörkölt										
		Energia: 700.34 Kcal / 2,927.42 KJ	Energia: 656.16 Kcal / 2,742.75 KJ	Energia: 627.17 Kcal / 2,621.57 KJ	Energia: 550.00 Kcal / 2,299.00 KJ	Energia: 442.77 Kcal / 1,850.78 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28.38 g	35.13 g	9.99 g	18.07 g	31.18 g	7.90 g	26.67 g	30.54 g	8.85 g	24.12 g	12.22 g	2.07 g	21.81 g	12.91 g	1.98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66.76 g	1.39 g	1.32 g	73.97 g	3.96 g	4.15 g	60.38 g	6.69 g	3.61 g	84.46 g	9.74 g	0.82 g	58.45 g	3.20 g	1.96 g		
1,9,(10)			1			9										

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk! Az esetleges változásokról az érintett intézményeket értesítjük.

Az ételenkénti allergén információkról felvilágosítást a központi diétetika alábbi elérhetőségein kérhető: diietetika@tsgastro.hu; +36 70 614 8011

Allergén lista (kód-allergén)

1-glutén	4-hal	7-tejtermék,Jaktóz	10-mustár	13-csillagfűrt	16-édesgyökér
2-rák	5-földimogyoró	8-diófélék	11-szezám	14-puhatestűek	
3-tojás	6-szója	9-zeller	12-kéndioxid-szulfít	15-mesterséges édesítőszer	

**Jó étvágyat kívánunk!**

.....  
**Élelmezésvezető**