

Étlap

Felső-Mátrai Konyha

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2025.04.14.	<i>Kedd</i> 2025.04.15.	<i>Szerda</i> 2025.04.16.	<i>Csütörtök</i> 2025.04.17.	<i>Péntek</i> 2025.04.18.
<i>Ebéd</i>	-Paradicsomleves (Z, G, T) -Brassói aprópecsenye -Hasábburgonya -Savanyúság (M)	-Tarhonyaleves (Z, G, T) -Tejszínes kukoricás csirkemell (T, L) -Párolt rizs	-Tejfölös zöldbableves (Z, G, T, L) -Csirkepörkölt (L, G) -Orsó tészta -Savanyúság (M)	-Csontleves (Z, G, T) -Sólet főtt tojással és tarjával (T, G) -Húsvéti nyuszi (G, L)	Nagypéntek
	S:3,7, E:1 303,0, ZS:81,7, T:4,2, F:35,0, CH:103,3, C:4,1, Ca:24,9	S:11,8, E:1 047,0, ZS:31,4, T:6,9, F:44,9, CH:145,3, C:3,1, Ca:79,7	S:26,7, E:1 439,0, ZS:63,8, T:5,2, F:80,1, CH:850,3, C:1,8, Ca:106,6	S:10,7, E:1 077,0, ZS:25,5, T:4,1, F:70,7, CH:97,3, C:2,1, Ca:167,4	
<i>Összesen</i>	S:3,7, E:1 303,0, ZS:81,7, T:4,2, F:35,0, CH:103,3, C:4,1, Ca:24,9	S:11,8, E:1 047,0, ZS:31,4, T:6,9, F:44,9, CH:145,3, C:3,1, Ca:79,7	S:26,7, E:1 439,0, ZS:63,8, T:5,2, F:80,1, CH:850,3, C:1,8, Ca:106,6	S:10,7, E:1 077,0, ZS:25,5, T:4,1, F:70,7, CH:97,3, C:2,1, Ca:167,4	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0

Jó étvágyat!

A változás jogát fenntartjuk!

Virág Petra
élelmezésvezető

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezám	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	

Étlap

Felső-Mátrai Konyha

<i>Felnőtt</i> (19-69 év)	<i>Hétfő</i> 2025.04.21.	<i>Kedd</i> 2025.04.22.	<i>Szerda</i> 2025.04.23.	<i>Csütörtök</i> 2025.04.24.	<i>Péntek</i> 2025.04.25.
<i>Ebéd</i>	Húsvéthétf	-Korhelyleves (G) -Resztelt sertésmáj (L, Z) -Sós burgonya -Savanyúság (M) S:10,6, E:994,0, ZS:36,2, T:0,0, F:45,4, CH:116,3, C:2,8, Ca:120,5	-Sertésraguleves (Z) -Sült meggyes-mákos metélt (L, T) S:14,6, E:1 339,0, ZS:49,1, T:4,3, F:53,1, CH:171,3, C:19,8, Ca:805,7	-Vajgaluska leves (Z, G, T) -Lecsós sertéstokány (L, G) -Párolt rizs S:10,2, E:1 351,0, ZS:49,8, T:0,0, F:47,0, CH:183,0, C:2,1, Ca:37,1	-Tojásleves (G, T) -Mustáros csirkeszárny (M, G, L) -Rövidcső tészta (G, T) S:24,1, E:1 923,0, ZS:133,4, T:7,6, F:79,8, CH:99,7, C:0,5, Ca:78,0
<i>Összesen</i>	S:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	S:10,6, E:994,0, ZS:36,2, T:0,0, F:45,4, CH:116,3, C:2,8, Ca:120,5	S:14,6, E:1 339,0, ZS:49,1, T:4,3, F:53,1, CH:171,3, C:19,8, Ca:805,7	S:10,2, E:1 351,0, ZS:49,8, T:0,0, F:47,0, CH:183,0, C:2,1, Ca:37,1	S:24,1, E:1 923,0, ZS:133,4, T:7,6, F:79,8, CH:99,7, C:0,5, Ca:78,0

Jó étvágyat!

A változás jogát fenntartjuk!

Virág Petra
élelmezésvezető

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

S: só (g)	E: energia (kcal)	G: glutén, gabonák	Z: zeller	D: diófélék, mandula, pisztácia	C: csillagfűrt
ZS: zsír (g)	T: telített zsírsav (g)	L: laktóz, tej, tejtermékek	R: rákfélék	M: mustár	P: puhatestűek
F: fehérje (g)	CH: szénhidrát (g)	T: tojás, fehérje	H: halak	S: szezám	
C: cukor (g)	Ca: kalcium (mg)	F: földimogyoró	O: szója	K: szulfitok, kéndioxid	