

Étlap

Felső-Mátrai Konyha

Felnőtt (19-69 év)	Hétfő 2025.12.22.	Kedd 2025.12.23.	Szerda 2025.12.24.	Csütörtök 2025.12.25.	Péntek 2025.12.26.
Ebéd	-Savanyú tojásleves (G, T, L) -Sertés csülök pékné módra (G, L) -Petrezselymes burgonya -Savanyúság (M) S:15,0, E:1 290,0, ZS:71,2, T:1,0, F:47,8, CH:111,6, C:7,0, Ca:177,5	-Gyöngybableves (L, Z, G) -Harcsapaprikás (L) -Galuska (G, T) -Szaloncukor (G, L, T, F, D, S) -Gyümölcs S:26,4, E:1 427,0, ZS:38,6, T:6,5, F:56,9, CH:204,5, C:0,1, Ca:125,2	Munkaszüneti nap		
Összesen	S:15,0, E:1 290,0, ZS:71,2, T:1,0, F:47,8, CH:111,6, C:7,0, Ca:177,5	S:26,4, E:1 427,0, ZS:38,6, T:6,5, F:56,9, CH:204,5, C:0,1, Ca:125,2	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:0,0, E:0,0, ZS:0,0, T:0,0, F:0,0, CH:0,0, C:0,0, Ca:0,0	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!
Szász-Virág Petra
élelmezésvezető

Jelmagyarázat:

Allergén jelmagyarázat:

S: só (g)
ZS: zsír (g)
F: fehérje (g)
C: cukor (g)

E: energia (kcal)
T: telített zsírsav (g)
CH: szénhidrát (g)
Ca: kalcium (mg)

G: glutén, gabonák
L: laktóz, tej, tejtermékek
T: tojás, fehérje
F: földimogyoró

Z: zeller
R: rákfélék
H: halak
O: szója

D: diófélék, mandula, pisztácia
M: mustár
S: szezám
K: szulfitok, kén-dioxid

C: csillagfűrt
P: puhatestűek