

TEJFEHÉRJE, TOJÁSMENTES
20. hét 2026.05.11-05.15.

Minorita Kft.
 3525 Miskolc Kelemen Didák út 1

| | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--------------------|--|--|---|--|---|
| Ebéd | Árpagyöngyleves | Paradicsomleves | Tárkonyos csirkeraguleves növényi tejjel | Gyümölcsleves növényi tejszínnel | Fejtett bableves |
| | Sertéspörkölt | Natur sertésszelet | Grízes tészta tojásmentes tésztából | Zöldborsós sertéstopokány | Sertésszelet parasztosan |
| | Burgonyafőzelék növényi tejjel | Párolt zöldség | | Párolt rizs | Tepsis burgonya |
| | Kenyér | Párolt rizs | | | Savanyúság |
| | Gyümölcs | | | | |
| | energia: 650 Kcal szénhidrát: 73 g fehérje: 26 g zsír / telített zs.: 28 g / 6,5 g cukor: 0 g só: 1,3 g | energia: 668 Kcal szénhidrát: 68 g fehérje: 29 g zsír / telített zs.: 30 g / 5,5 g cukor: 4 g só: 0,9 g | energia: 671 Kcal szénhidrát: 75 g fehérje: 24 g zsír / telített zs.: 30 g / 6,6 g cukor: 14 g só: 1,1 g | energia: 638 Kcal szénhidrát: 69 g fehérje: 28 g zsír / telített zs.: 27 g / 5,3 g cukor: 5 g só: 3,3 g | Szénhidrát: 620 Kcal szénhidrát: 67 g fehérje: 27 g zsír / telített zs.: 29 g / 6 g cukor: 0 g só: 1,8 g |
| Allergének: glutén | Allergének: glutén, zeller, tojás | Allergének: glutén | Allergének: glutén | Allergének: glutén | |
| Feltételezhető: | Feltételezhető: | Feltételezhető: | Feltételezhető: | Feltételezhető: | |

Készült: NutriComp Étrend5 szoftverrel

Készítette: Csizmadia Judit, dietetikus