

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	Kertészleves gluténmentes levesbetéttel	Szilvaleves rizsliszttel	Tárkonyos raguleves rizsliszttel	Zöldborsókrémleves rizsliszttel	Fehérbableves
	Paradicsomos káposztafőzelék rizsliszttel	Tarhonyás hús gluténmentes tarhonyából	Gluténmentes kenyér	Budapest tokány	Kapros halfilé gm
	Fokhagymás aprópecsenye rizsliszttel	Cékla	Mákos tészta gluténmentes tésztából	Főtt burgonya	Párolt rizs
	Gluténmentes kenyér		Alma		Párolt zöldség
	energia: 749 Kcal fehérje: 28 g zsír / telített zs.: 36 g / 9,4 g szénhidrát: 76 g cukor: 3 g só: 2,2 g	energia: 708 Kcal fehérje: 31 g zsír / telített zs.: 29 g / 14 g szénhidrát: 78 g cukor: 7 g só: 2,1 g	energia: 724 Kcal fehérje: 36 g zsír / telített zs.: 29 g / 9,4 g szénhidrát: 76 g cukor: 18 g só: 1,3 g	energia: 707 Kcal fehérje: 32 g zsír / telített zs.: 30 g / 9,9 g szénhidrát: 74 g cukor: 0 g só: 1,1 g	energia: 721 Kcal fehérje: 34 g zsír / telített zs.: 31 g / 14,9 g szénhidrát: 73 g cukor: 0 g só: 1,4 g
	Allergének: zeller	Allergének: tejtermék, laktóz	Allergének: tejtermék, laktóz, zeller	Allergének: tejtermék, laktóz	Allergének: zeller, tejtermék, laktóz, hal
	Feltételezhető:	Feltételezhető:	Feltételezhető:	Feltételezhető:	Feltételezhető:

Készült: NutriComp Étrend5 szoftverrel
Készítette: Csizmadia Judit - dietetikus