TOJÁSMENTES
45. hét 2026.11.02-11.06

Minorita Kft.
3525 Miskolc Kelemen Didák út 1

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	Zöldségleves Sült kolbász Burgonyafőzelék Kenyér	Káposztás zöldségleves Rattatui lecsós csirke Párolt rizs	Nagyi ciberelevese Kenyér Tejben rizs barackkal	Rántott leves pirított kenyérkockával Rakott zöldbab	Brokkolikrémleves Parasztos sertésszelet 1/2 adag fűszeres burgonya 1/2 adag párolt rizs
	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 721 Kcal 35 g 30 g / 6,2 g szénhidrát: cukor: só: 76 g 0 g 1,1 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 703 Kcal 29 g 28 g / 6,4 g szénhidrát: cukor: só: 79 g 0 g 1,4 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 734 Kcal 33 g 27 g / 8,1 g szénhidrát: cukor: só: 85 g 18 g 1,9 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 682 Kcal 33 g 27 g / 7,1 g szénhidrát: cukor: só: 74 g 0 g 1,3 g	energia: fehérje: zsír / telített zs.: 764 Kcal 34 g 34 g / 6,2 g szénhidrát: cukor: só: 75 g 0 g 1,8 g
	Allergének: glutén, tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: zeller Feltételezhető:	Allergének: glutén, tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén, tejtermék, laktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén, tejtermék, laktóz Feltételezhető:

Készült: NutriComp Étrend5 szoftverrel
Készítette: Csizmadia Judit - dietetikus