

Étkezés / Menü	Hétfő 11.11	Kedd 11.12	Szerda 11.13	Csütörtök 11.14	Péntek 11.15
<b>ALKA ebéd A / ALKA</b>	Zöldbableves* (1;7;) Párizsi sertésszelet /Alk./ (1;3;7;) Petr. burg. (280 g) Savanyított vegyes vágott (vödrös) 0,08 KG (10;12;) Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:1679.2kcal ZS:101.1g TZS:16.6g SZH:132.4g CK:8.4g FH:48.7g SÓ:2.6g CA:48.0mg	Tárkonyos sertésragu leves (1;3;7;9;10;) Bundás kenyér (1;3;6;) Tükör tojás (3;) Parajfőzelék *(Normál) (1;7;) Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:1586.7kcal ZS:82.3g TZS:19.9g SZH:150.5g CK:10.7g FH:53.9g SÓ:2.6g CA:156.0mg	Babgulyás * /Alk./ (1;3;7;) Mákos guba (1;7;) Vanília sodó (por) (7;) Kenyér 0.05 KG (1;6;) Alma /F 0.10 KG EN:1644.8kcal ZS:58.2g TZS:20.2g SZH:214.5g CK:86.9g FH:58.0g SÓ:3.5g CA:348.5mg	Tarhonyaleves zöldséges (1;) Paradicsomos húsgombóc zellerrel (1;3;9;) Sós burgonya (150 g) Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:930.5kcal ZS:28.5g TZS:7.3g SZH:132.2g CK:29.4g FH:30.8g SÓ:1.1g	Daragaluska lev.*mir.z.*Alk. (1;3;) Sajttal-kolbásszal tölt. sertés borda (1;3;6;7;) Rizi-bizi *borsó*/Alk./ Kenyér 0.05 KG (1;6;) EN:1383.4kcal ZS:69.6g TZS:14.7g SZH:135.3g CK:2.4g FH:51.6g SÓ:2.2g
<b>ALKA napi összesítés:</b>	EN: 1679.2 kcal; ZS: 101.1 g; TZS: 16.6 g; SZH: 132.4 g; CK: 8.4 g; FH: 48.7 g; SÓ: 2.6 g; CA: 48.0 mg;	EN: 1586.7 kcal; ZS: 82.3 g; TZS: 19.9 g; SZH: 150.5 g; CK: 10.7 g; FH: 53.9 g; SÓ: 2.6 g; CA: 156.0 mg;	EN: 1644.8 kcal; ZS: 58.2 g; TZS: 20.2 g; SZH: 214.5 g; CK: 86.9 g; FH: 58.0 g; SÓ: 3.5 g; CA: 348.5 mg;	EN: 930.5 kcal; ZS: 28.5 g; TZS: 7.3 g; SZH: 132.2 g; CK: 29.4 g; FH: 30.8 g; SÓ: 1.1 g;	EN: 1383.4 kcal; ZS: 69.6 g; TZS: 14.7 g; SZH: 135.3 g; CK: 2.4 g; FH: 51.6 g; SÓ: 2.2 g;

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(számított energia; kcal/adag), ZS(zsír;g/adag), TZS(telített zsírsav;g/adag), FH(fehérje;g/adag), SZH(szénhidrát;g/adag), CK(cukor;g/adag), SÓ(só;g/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákfélék; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csillagfűrt; 14-Puhatestűek