

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd	Tojásleves (1,3,9) Szárnyasragu Budapest módra Főtt burgonya Vitamin saláta	Lebbencsleves (1,3,9) Rántott halfilé (1,3,4,11) Párolt rizs (1) Light-tartármártás (3,7,10)	Lencsegulyás (1,3) Mákos metélt (1,5,8,11) Szezonális gyümölcs TK formakenyér (1)	Daragaluska-leves (1,3,9) Tökfőzelék (1,7) Vagdalt pogácsa baromfi húsból (1,3,11) Bombiszelet (1,3,6,8,12)	Zöldségkrémleves (1,7,9) Leves gyöngy (1) Tarhonyás hús pulykából (1,3) Kovászos uborka
	En: 3051 kJ (729 kCal) Zsír: 26,4 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 82,4 g Cukor: 6,0 g Feh: 33,7 g Só: 1,2 g	En: 4666 kJ (1115 kCal) Zsír: 34,6 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 142,8 g Cukor: 16,3 g Feh: 41,7 g Só: 3,4 g	En: 5301 kJ (1266 kCal) Zsír: 35,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 183,9 g Cukor: 22,0 g Feh: 45,2 g Só: 2,7 g	En: 3712 kJ (887 kCal) Zsír: 39,7 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 93,4 g Cukor: 11,7 g Feh: 34,4 g Só: 2,2 g	En: 3699 kJ (883 kCal) Zsír: 36,0 g T.Zsír: 0,0 g Szh: 90,9 g Cukor: 0,0 g Feh: 40,2 g Só: 3,6 g

Az esetleges étlapváltozásokért elnézést kérünk!

Ez az étlap nem biztosítja a diétás étrendet!
 Normál ,diétás étlap elérhető: imfk.bp13.hu
 Konyha vezető. Jó étvágyat kívánunk!