

## 2. hét diétás étlap **ebéd** – 2019. ja

	Normál	Tojás <sup>1</sup> -, szójamentes	Tejmentes <sup>3</sup> Tej-, szójamentes	Tej <sup>3</sup> -, tojás <sup>1</sup> -, szójamentes
<b>H</b>	Alföldi tésztaleves Majorannás sertésragu Karottás rizs Teljes kiőrlésű kenyér  <i>Só: 1,0 g</i>	Alföldi tésztaleves TojM. Majorannás sertésragu Karottás rizs Teljes kiőrlésű kenyér  <i>Só: 1,0 g</i>	Alföldi tésztaleves Majorannás sertésragu Karottás rizs Teljes kiőrlésű kenyér  <i>Só: 1,0 g</i>	Alföldi tésztaleves TojM. Majorannás sertésragu Karottás rizs Teljes kiőrlésű kenyér  <i>Só: 1,0 g</i>
<b>K</b>	Csontleves Ázsiai csirkehúsos pirított tészta Félbarna kenyér  <i>Só: 1,8 g</i>	Csontleves Zöldséges csirkehúsos pirított tészta TojM. Félbarna kenyér  <i>Só: 1,8 g</i>	Csontleves Zöldséges csirkehúsos pirított tészta Félbarna kenyér  <i>Só: 1,8 g</i>	Csontleves Zöldséges csirkehúsos pirított tészta TojM. Félbarna kenyér  <i>Só: 1,8 g</i>
<b>Sz</b>	Gulyásleves sertéshússal Túrós csusza Teljes kiőrlésű kenyér  <i>Só: 1,1 g</i>	Gulyásleves sertéshússal Túrós csusza TojM. Teljes kiőrlésű kenyér  <i>Só: 1,1 g</i>	Gulyásleves sertéshússal Parajos penne TM. Teljes kiőrlésű kenyér  <i>Só: 1,1 g</i>	Gulyásleves sertéshússal Parajos penne TM, TojM. Teljes kiőrlésű kenyér  <i>Só: 1,1 g</i>
<b>Cs</b>	Tojásleves Füstölt főtt sertés tarja Szárzabab főzelék Banán  <i>Só: 2,3 g</i>	Köménymagleves Füstölt főtt sertés tarja Szárzabab főzelék Banán  <i>Só: 2,3 g</i>	Tojásleves Füstölt főtt sertés tarja Szárzabab főzelék Banán  <i>Só: 2,3 g</i>	Köménymagleves Füstölt főtt sertés tarja Szárzabab főzelék Banán  <i>Só: 2,3 g</i>
<b>P</b>	Brokkoli krémleves Citromos csirkeragu Petrezselymes burgonya Félbarna kenyér  <i>Só: 0,6 g</i>	Brokkoli krémleves Citromos csirkeragu Petrezselymes burgonya Félbarna kenyér  <i>Só: 0,6 g</i>	Brokkoli krémleves TM. Citromos csirkeragu TM. Petrezselymes burgonya Félbarna kenyér  <i>Só: 0,6 g</i>	Brokkoli krémleves TM. Citromos csirkeragu TM. Petrezselymes burgonya Félbarna kenyér  <i>Só: 0,6 g</i>

1. A tészták és az ételek tojásmentesek

2. A tészták és az ételek gluténmentesek (rizsliszttel készülnek)

3. Az é

## nuár 7-11.

Gluténmentes <sup>2</sup>	Glutén-, tejmentes <sup>2, 3</sup>	Sertéshús és sertéshús termék mentes
Alföldi tésztaleves GM. Majorannás sertésragu GM. Karottás rizs Gluténmentes kenyér	Alföldi tésztaleves GM. Majorannás sertésragu Karottás rizs Gluténmentes kenyér	Alföldi tésztaleves (szalonna nélkül) Majorannás szárnyasragu Karottás rizs Teljes kiőrlésű kenyér
Só: 1,0 g	Só: 1,0 g	Só: 1,0 g
Csontleves Zöldséges csirkehúsos pirított tészta GM. Gluténmentes kenyér	Csontleves Zöldséges csirkehúsos pirított tészta GM. Gluténmentes kenyér	Tavaszi leves Ázsiai csirkehúsos pirított tészta Félbarna kenyér
Só: 1,8 g	Só: 1,8 g	Só: 1,8 g
Gulyásleves sertéshússal Túrós csusza GM. Gluténmentes kenyér	Gulyásleves sertéshússal Parajos penne GM, TM. Gluténmentes kenyér	Gulyásleves szárnyashússal Túrós tészta (szalonna nélkül) Teljes kiőrlésű kenyér
Só: 1,1 g	Só: 1,1 g	Só: 1,1 g
Tojásleves GM. Füstölt főtt sertés tarja Sárgarépa főzelék GM. Banán	Tojásleves GM. Füstölt főtt sertés tarja Sárgarépa főzelék GM.TM. Banán	Tojásleves Szárnyas sült Szárzabb főzelék Banán
Só: 2,3 g	Só: 2,3 g	Só: 2,3 g
Brokkoli krémleves GM. Citromos csirkeragu GM. Petrezselymes burgonya Gluténmentes kenyér	Brokkoli krémleves GM, TM. Citromos csirkeragu GM, TM. Petrezselymes burgonya Gluténmentes kenyér	Brokkoli krémleves Citromos csirkeragu Petrezselymes burgonya Félbarna kenyér
Só: 0,6 g	Só: 0,6 g	Só: 0,6 g

telek tejmentesek, rizstejjel készülnek

Dietetikus: Feik Bernadett