|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2023.48. hét | **2023.11.27.** | **2023.11.28.** | **2023.11.29.** | **2023.11.30.** | **2023.12.01.** |
| **Tízórai** | kakaó (növényi tejből)liga margarinházi gluténmentes kifli (tej tojás mentes)uborka | citromos teakométa párizsi felvágott (6)házi gluténmentes kenyér (tej tojás mentes)zöldpaprika | citromos teanövényi sajtházi gluténmentes zsemle (tej tojás mentes)uborka | kakaó (növényi tejből)főtt bécsi virsli (6)mustár (10)házi gluténmentes kenyér (tej tojás mentes) | tej (növényi)kukorica golyó |
| energia:Kcal | fehérje:g | zsír / telített zs.: g / g | energia:Kcal | fehérje:g | zsír / telített zs.: g / g | energia:Kcal | fehérje: g | zsír / telített zs.: g / g | energia: Kcal | fehérje: g | zsír / telített zs.:g / g | energia: Kcal | fehérje: g | zsír / telített zs.: g / g |
| szénhidrát: g | cukor:g | só: g | szénhidrát: g | cukor: g | só: g | szénhidrát: g | cukor: g | só: g | szénhidrát: g | cukor: g | só:g | szénhidrát:g | cukor: g | só: g |
| Allergének: | Allergének:  | Allergének:  | Allergének: mustár | Allergének:  |
| Feltételezhető:  | Feltételezhető:c szója;  | Feltételezhető:  | Feltételezhető: szója;  | Feltételezhető:  |
| **Ebéd** | Tarhonyaleves (tojás és gluténmentes tésztából)gluténmentes natúr szelet gluténmentes tökfőzelék (növényi tejföllel)) | gluténmentes Gyümölcsleves (növényi tejföllel)tarhonyás hús (tojás és gluténmentes tésztából) | gluténmentes Zöldborsóleves (9)gluténmentes sztrogonoff csirkemell csíkok (növényi tejföllel)gőzölt rizs | Csontleves (tojás és gluténmentes tésztabetéttel)sült csirkecombtört burgonyaőszibarackbefőtt | gluténmentes Káposztás bableves gluténmentes morzsás nudli barack ízzel (tojás mentesen) |
| energia: Kcal | fehérje: g | zsír / telített zs.: g / g | energia: Kcal | fehérje:g | zsír / telített zs.: g / g | energia: Kcal | fehérje:g | zsír / telített zs.: g / g | energia:Kcal | fehérje: g | zsír / telített zs.: g / g | energia: Kcal | fehérje: g | zsír / telített zs.: g / g |
| szénhidrát: g | cukor: g | só: g | szénhidrát: g | cukor: g | só: g | szénhidrát: g | cukor: g | só: g | szénhidrát: g | cukor: g | só: g | szénhidrát:g | cukor: g | só:g |
| Allergének:  | Allergének:  | Allergének: zeller; | Allergének:  | Allergének |
| Feltételezhető:  | Feltételezhető:  | Feltételezhető:  | Feltételezhető:  | Feltételezhető: kéndioxid,  |
| **Uzsonna** | gyümölcslédiák csemege (6)házi gluténmentes kenyér (tej tojás mentes) | Morani gesztenye Marci (8)házi gluténmentes kifli (tej tojás mentes) | Kométa baromfi gépsonka (6)liga margarinházi gluténmentes kenyér (tej tojás mentes) | Tofuból készített túrókrémházi gluténmentes kifli (tej tojás mentes) | citromos teakométa sonkaszalámi (6)házi gluténmentes kenyér (tej tojás mentes) |
| energia: Kcal | fehérje: g | zsír / telített zs.: g / g | energia: Kcal | fehérje: g | zsír / telített zs.: g / g | energia:Kcal | fehérje: g | zsír / telített zs.: g / g | energia:Kcal | fehérje: g | zsír / telített zs.: g / g | energia: Kcal | fehérje: g | zsír / telített zs.: g / g |
| szénhidrát: g | cukor: g | só: g | szénhidrát: g | cukor: g | só:g | szénhidrát:g | cukor: g | só:g | szénhidrát: g | cukor: g | só:g | szénhidrát:g | cukor: g | só: g |
| Allergének:  | Allergének: | Allergének:  | Allergének:  | Allergének:  |
| Feltételezhető: szója; | Feltételezhető:  | Feltételezhető: szója; | Feltételezhető:  | Feltételezhető: szója; |

NutriComp Étrend 5.10 Étlap: 2023-48 hét tej tojás glutén érzékeny