



MENZA MINTA = MINTA MENZA
programhoz csatlakozott cégünk is.
Füredi Hableány Bt.
Tiszafüred



3. hét 2019. 01. 14. - 2019. 01. 18.

É T L A P

Óvoda

	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	- Csipkebogyó tea - Sajtkrémes kenyér	- Tej - Almás fatörzs kifli	- Tejes kávé - Kocka sajt - Paradicsom - Zsemle	- Tej - Sonkkrémes kenyér - Póréhagyma	- Narancs tea - Light margarin - Zala felvágott - Zsemle
Allergének:	Glutén, laktóz, tojás	Glutén, laktóz, tojás	Glutén, laktóz, tojás	Glutén, tojás	Glutén, tojás, laktóz
Energia Tel. zsír Szénhidrát Só Zsír Fehérje Cukor Cal.	182 kcal/adag 1,7 g/adag 32,2 g/adag 0,8 g/adag 2,9 g/adag 6,4 g/adag 8,9 g/adag 65,6 g/adag	187 kcal/adag 2,5 g/adag 22,3 g/adag 0,4 g/adag 5,7 g/adag 10,6 g/adag 0,9 g/adag 291,3 g/adag	331 kcal/adag 1,6 g/adag 56,0 g/adag 0,9 g/adag 6,0 g/adag 17,9 g/adag 15,9 g/adag 240,1 g/adag	314 kcal/adag 3,8 g/adag 38,8 g/adag 2,0 g/adag 9,4 g/adag 11,7 g/adag 0 g/adag 339,0 g/adag	279 kcal/adag 3,9 g/adag 28,9 g/adag 2,2 g/adag 12,3g/adag 11,7 g/adag 0 g/adag 28,9 g/adag
Ebéd	- Kertész leves - Teljes kiőrlésű kenyér - Kukoricás sertésragu - Kuskusz	- Paradicsom-leves - Teljes kiőrlésű kenyér - Paprikás burgonya virslivel - Házi csalamádé	- Lebbencs leves - Tökfőzelék - Halas fasírt - Teljes kiőrlésű kenyér	- Köménymag leves - Pirított kenyérkoca - Főtt tojás - Sóska mártás	- Vadrágu leves - Teljes kiőrlésű kenyér - Káposztás kocka - Gyümölcs
Allergének:	Glutén, laktóz, tojás	Glutén, tojás, zeller	Glutén, laktóz, tojás, hal	Glutén, laktóz, tojás	Glutén, laktóz, tojás
Energia Tel. zsír Szénhidrát Só Zsír Fehérje Cukor Cal.	625 kcal/adag 5,8 g/adag 65,7 g/adag 1,6 g/adag 26,7 g/adag 27,2 g/adag 1,8 g/adag 121,9 g/adag	791 kcal/adag 5,8 g/adag 70,4 g/adag 3,0 g/adag 40,0 g/adag 35,4 g/adag 0 g/adag 160,5 g/adag	592 kcal/adag 1,5 g/adag 59,8 g/adag 1,9 g/adag 25,5 g/adag 28,5 g/adag 0 g/adag 63,8 g/adag	562 kcal/adag 2,5 g/adag 49,6 g/adag 2,0 g/adag 25,1 g/adag 31,9 g/adag 0 g/adag 79,9 g/adag	603 kcal/adag 0,8 g/adag 105,9 g/adag 2,3 g/adag 9,1 g/adag 20,0 g/adag 4,0 g/adag 115,2 g/adag
Uzsonna	- Vajkrémes zsemle - Löncs felvágott - Retek	- Kenőmájás - Kalács	- Lekváros kenyér	- Teljes kiőrlésű kakaós csiga	- Virsli saláta - Hagymás bagett karika
Allergének:	Glutén, laktóz, tojás	Glutén, laktóz, tojás	Glutén, laktóz, tojás	Glutén	Glutén, laktóz, tojás
Energia Tel. zsír Szénhidrát Só Zsír Fehérje Cukor Cal.	305 kcal/adag 6,1 g/adag 30,9 g/adag 1,9 g/adag 15,2 g/adag 11,1 g/adag 0 g/adag 30,7 g/adag	226 kcal/adag 3,8 g/adag 26,5 g/adag 1,8 g/adag 8,8 g/adag 9,8 g/adag 0 g/adag 15,2 g/adag	225 kcal/adag 3,2 g/adag 24,4 g/adag 1,4 g/adag 10,1 g/adag 8,7 g/adag 0 g/adag 25,4 g/adag	228 kcal/adag 1,97 g/adag 34,6 g/adag 0,6 g/adag 7,1 g/adag 4,8 g/adag 13,7 g/adag 7,8 g/adag	250 kcal/adag 4,8 g/adag 27,0 g/adag 0,1 g/adag 14,1 g/adag 3,2 mg/adag 12,4 g/adag 35,9 g/adag

Főzőkonyháink heti ÉTLAPJA elérhető minden tárgyhétet megelőző hét szerdájától a www.hableanyhotel.hu honlapon. Tápanyagokkal, főzéstechnikával és egyéb ételkészítési kérdéseikkel a hableanyhotel@dunaweb.hu címen kereshetnek.

A változtatás jogát fenntartjuk!

Minden ebédhez csökkentett só és szénhidrát tartalmú kenyeret kínálunk !

**Ábrahám Tamás
Igazgató**

Az étrend glutént, tejet, tojást, szóját, csillagfürtöt, zellert, mustárt, kén-dioxidot, mogorót nyomokban tartalmazhat!