

Étkezések	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
REGGELI	Gyümölcs tea Olasz felvágott Tk.kenyér 8 dkg Uborka	Gyümölcs tea Tojáskrém Tk.zsemle 8 dkg Kápia paprika	Gyümölcs tea Sonkaszalámi Tk.kifli 8 dkg Zöldség	Gyümölcs tea Zala felvágott Tk.kenyér 8 dkg Kalif.paprika	Gyümölcs tea Tejfölös túró Tk.zsemle 8 dkg Zöldség	Gyümölcs tea Trappista sajt Tk.kifli 8 dkg Zöldség	Gyümölcs tea Túrista felv. Tk.kenyér 8 dkg Uborka
TÍZÓRAI	Alma 15 dkg Kölesgolyó 1,5 dkg	Van. túrókrém (házi) Diab keksz 3 dkg	Narancs 20 dkg	Diab kakaó 2 dl Sós keksz 1,5 dkg	Sült tök (15 dkg a bél súlya)	Joghurt 2 dl Korp.keksz 1,5 dkg	Alma 15 dkg Abonett 1,5 dkg
EBÉD	Húsleves (sok zöldséggel) Főtt sertéshús Vadasmártás Főtt tészta (6 dkg) Cékla saláta	Lebbencsleves Fasírt Finomfőzelék	Őszibarack leves Rántott cs.mell Kukoricás párolt rizs (6 dkg rizsből) Cékla saláta	Jókai bableves (sok zöldséggel) Mákos metélt (6 dkg tésztából)	Csontleves (sok zöldséggel) Húsgombóc Paradicsom mártás Tört burgonya (15 dkg)	Töklevés Hentes tokány Bulgur (6 dkg) Cékla saláta	Kertészleves Sült csirkecomb Tört burgonya (20 dkg) Savanyúság
UZSONNA	Diab kávé 2 dl Sajtos tallér 1,5 dkg	Körtekompót (15 dkg gyüm-ből)	Tej 2 dl Kifli ½ db	Mandarin 20 dkg	Van. túrókrém (házi) Diab keksz 3 dkg	Alma 15 dkg Krék.keksz 1,5 dkg	Kefir 2 dl Kölesgolyó 1,5 dkg
VACSORA	Gyümölcs tea Sült kolbász Mustár Tk.kenyér 8 dkg Savanyúság	Gyümölcs tea Tonhalkrém Kockasajt Tk.kenyér 8 dkg Zöldség	Gyümölcs tea Kenőmájas Tk.kenyér 8 dkg Paradicsom	Gyümölcs tea Párolt csirkemell Párolt rizs (6 dkg) Párolt zöldség	Gyümölcs tea Főtt virsli Ketchup Tk.zsemle 8 dkg Cékla saláta (c.lé)	Gyümölcs tea Csemege szalámi Tk.kenyér 8 dkg Zöldség	Gyümölcs tea Disznósajt Tk.kenyér 8 dkg Lilahagyma
pót V	Korp.keksz 1,5 dkg	Sós keksz 1,5 dkg	Sajtos tallér 2 dkg	Abonett 1,5 dkg	Kölesgolyó 1,5 dkg	Krék. keksz 1,5 dkg	Abonett 1,5 dkg

A VÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

Adható gyümölcsök: dinnyék, szilva, ribizli, barackok, alma, körte, kivi (narancs, mandarin), vagy diab befőttek
A mesterséges édesítő cseppfolyós, vagy tablettá alakú legyen a SÜTIBEN is !!!

Szalayné Kónya Zsuzsa
dietetikus