

Étkezések	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek	Szombat	Vasárnap
REGGELI	Gyümölcs tea Húskrém Tk.zsemle 8 dkg Reszelt sárgarépa	Gyümölcs tea Kefires túró Tk.kifli 8 dkg Reszelt retek	Gyümölcs tea Sült karaj (Herz) Tk.kifli 8 dkg Reszelt sárgarépa	Gyümölcs tea Gomolya (tehén) Tk.zsemle 8 dkg Reszelt retek	Gyümölcs tea Zöldséges felv. Tk.kenyér 8 dkg Reszelt sárgarépa	Gyümölcs tea Zala felvágott Tk.kifli 8 dkg Reszelt retek	Gyümölcs tea Csirkemell sonka Tk.kenyér 8 dkg Reszelt sárgarépa
TÍZÓRAI	Alma 15 dkg Korp.keksz 1,5 dkg	Kefir 2 dl Kifli ½ db	Joghurt 2 dl Kifli ½ db	Van. túrókrém (házi) Diab keksz 3 dkg	Joghurt 2 dl Krék.keksz 1,5 dkg	Kefir 2 dl Kifli ½ db	Joghurt 2 dl Krék.keksz 1,5 dkg
EBÉD	Raguleves Túrós csusza (kefirrel kevert túróval) (6 dkg tésztából)	Reszelt tarhonya leves Sertéssült Sárgarépa-főzelék (joghurt)	Brokkolileves (joghurt) Sajtos natúrszelet Tört burgonya (20 dkg) Cékla saláta (c.lé)	Kertészleves Csirkecomb pörkölt (hagyma 0) (bőr 0) Bulgur (6 dkg) Fejes saláta (c.lé)	Körtepuréleves (joghurt) Majorannás pulykaragu Kuszkusz (6 dkg) Cékla saláta (c.lé)	Legényfogó leves (joghurt) Sajtos metélt (6 dkg tésztából)	Húsleves (sertés) (sok zöldséggel) Főtt sertéshús Meggymártás (joghurt) Pírtott dara (3 dkg)
UZSONNA	Joghurt 2 dl Sajtos tallér 1,5 dkg	Sütőtök (15 dkg a bél súlya)	Mandarin 20 dkg	Körtekompót (15 dkg gyüm-ből)	Alma 15 dkg Kölesgolyó 1,5 dkg	Mandarin 20 dkg	Alma 15 dkg Korp.keksz 1,5 dkg
VACSORA	Gyümölcs tea Pizza (párizsival) (6 dkg lisztből) Fejes saláta (c.lé)	Gyümölcs tea Tonhalkrém Tk.kenyér 8 dkg Cékla saláta (c.lé)	Gyümölcs tea Zöldséges rizseshús (6 dkg rizsből) Fejes saláta (c.lé)	Gyümölcs tea Natúrszelet Tökfőzelék (joghurt) Tk.kenyér 4 dkg	Gyümölcs tea Főtt virsli Tk.kenyér 8 dkg Reszelt retek	Gyümölcs tea Vagdaltrúd (hagyma 0) Tk.kenyér 8 dkg Fejes saláta (c.lé)	Gyümölcs tea Reszelt sajt Tk.kenyér 8 dkg Reszelt retek
pót V	Krék. keksz 1,5 dkg	Sajtos tallér 1,5 dkg	Korp.keksz 1,5 dkg	Kölesgolyó 1,5 dkg	Diab. keksz 1,5 dkg	Korp.keksz 1,5 dkg	Abonett 1,5 dkg

A VÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

Szalayné Kónya Zsuzsa
dietaetikus**Ételkészítéshez joghurt, vagy kefir – mindegy (de nincs tejföl, tejszín, és tej)****A mesterséges édesítő cseppfolyós, vagy tablettá alakú legyen a SÜTIBEN is !!!**