

Mamas-Food KFT Sajószentpéter Kossuth L. 99.										Étlap										Repeta Win Szoftver										37.hét																													
ÁLT.I.(11-14)-A										2025.09.08 - 2025.09.12																																																	
HÉTFŐ										KEDD										SZERDA										CSÜTÖRTÖK										PÉNTEK																			
T	Tej(2) Kal: 88 F: 6g Zs: 3g Szh: 9g So:0,2g Tzs:2,0g C:0,0g Császsászsemle(1) Kal:150 F: 5g Zs: 3g Szh:24g So:0,5g Tzs:0,0g C:0,0g Margarin Kal: 35 F: 0g Zs: 4g Szh: 0g So:0,1g Tzs:1,1g C:0,1g										Tea csipkebogyós Kal: 83 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g Párizsi - sertés Kal: 42 F: 2g Zs: 4g Szh: 0g So:0,5g Tzs:0,6g C:0,0g Margarin Kal: 35 F: 0g Zs: 4g Szh: 0g So:0,1g Tzs:1,1g C:0,1g Kenyér-korpás(1-8) Kal:158 F: 6g Zs: 1g Szh:30g So:1,0g Tzs:0,1g C:0,6g										Kakaó(2) Kal:177 F: 6g Zs: 3g Szh:30g So:0,2g Tzs:2,3g C: 22g Kalács kakaós(1-2-3) Kal:143 F: 5g Zs: 1g Szh:28g So:0,9g Tzs:0,0g C:4,6g Margarin Kal: 35 F: 0g Zs: 4g Szh: 0g So:0,1g Tzs:1,1g C:0,1g										Limonádé Kal: 85 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g Turista felvágott(2-8-10) Kal: 81 F: 6g Zs: 6g Szh: 0g So:0,8g Tzs:2,3g C:0,0g Margarin Kal: 35 F: 0g Zs: 4g Szh: 0g So:0,1g Tzs:1,1g C:0,1g Paradicsom Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Kenyér-korpás(1-8) Kal:158 F: 6g Zs: 1g Szh:30g So:1,0g Tzs:0,1g C:0,6g										Tea gyümölcsös Kal: 83 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g Körözött juhtúrós(2) Kal: 32 F: 3g Zs: 2g Szh: 1g So:0,0g Tzs:1,2g C:0,0g Lilahagyma Kal: 7 F: 0g Zs: 0g Szh: 2g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Kenyér-korpás(1-8) Kal:158 F: 6g Zs: 1g Szh:30g So:1,0g Tzs:0,1g C:0,6g																		
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 273 11 10 33 0,8 3 0,1										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 319 9 8 50 1,5 2 21										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 355 11 8 58 1,1 3 27										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 364 12 11 51 1,8 3 21										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 281 9 3 52 1,0 1 21																		
E	Nyírségi gombócleves(1-3-2) Kal:391 F:16g Zs:25g Szh:23g So:0,2g Tzs:4,4g C:0,0g Dejós-metélt(1-3) Kal:489 F:12g Zs: 8g Szh:76g So:0,1g Tzs:1,1g C: 23g										Citromos zellerkrémleves(4-2) Kal:112 F: 2g Zs:10g Szh: 4g So:0,5g Tzs:3,5g C:0,0g Levesgyöngy(1-2-3) Kal:111 F: 2g Zs: 7g Szh:10g So:0,4g Tzs:3,4g C:0,0g Rántott borda(1-3) Kal:371 F:22g Zs:18g Szh:29g So:0,4g Tzs:3,7g C:0,0g Sárgarépas rizs Kal:284 F: 5g Zs: 7g Szh:48g So:0,0g Tzs:0,7g C:0,0g										Magyaros burgonyaleves(1) Kal:306 F: 4g Zs:13g Szh:34g So:1,6g Tzs:1,4g C:0,1g Lencsefőzelék(1-2-10) Kal:440 F:23g Zs:14g Szh:53g So:0,7g Tzs:3,0g C:3,2g Sültkolbász(2-8-10) Kal:197 F:11g Zs:16g Szh: 0g So:1,8g Tzs:8,0g C:0,0g Linzerkarika(1) Kal:289 F: 3g Zs:15g Szh:35g So:0,0g Tzs:9,2g C: 13g Kenyér-főzelékhez(1-8) Kal:132 F: 5g Zs: 1g Szh:25g So:0,8g Tzs:0,1g C:0,5g										Paradicsomleves(1-3) Kal:209 F: 3g Zs: 5g Szh:37g So:0,7g Tzs:0,6g C: 24g Pásztorbulgur(11-8) Kal:552 F:19g Zs:29g Szh:47g So:1,8g Tzs:5,7g C:0,2g Csemege uborka Kal: 7 F: 1g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g										Tojásleves(3-1) Kal:130 F: 3g Zs:10g Szh: 7g So:0,5g Tzs:1,6g C:0,0g Tihanyi tokány(1) Kal:280 F:12g Zs:23g Szh: 5g So:0,7g Tzs:2,6g C:0,0g Tésztaköret(1-3) Kal:293 F:11g Zs: 4g Szh:51g So:0,1g Tzs:0,7g C:1,6g																		
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 880 27 0 98 0,3 5 23										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 879 30 42 91 1,3 11 0,0										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 1364 47 58 147 4,9 22 17										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 768 23 34 84 2,6 6 24										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 704 25 37 63 1,4 5 1,6																		
g																																																											

Ételeink az összetevőként jelzett allergének mellett nyomokban tartalmazhatnak további allergéneket !
 * T.Zs = Telített zsírsav A nyersanyagellátástól függően az étlap változhat , melyért elnézést kérünk ! * jelölt étel édesítőt tartalmaz

Glutén (1) ;Tej (2) ;Tojás (3) Zeller (4) Szezámmag (5) Hal (6)Mogyoró (7)Szója (8)Dióféle (9) ;Mustár (10) ;SO2-Szulfit (11) ;Rákféle (12) ;Csillagfűrt (13) ;Puhatestűek (14)

Élelmezésvezető:.....