

Mamas-Food KFT Sajószentpéter Kossuth L. 99.										Étlap																				Repeta Win Szoftver										39.hét																			
ÁLT.1.(11-14)-A										2025.09.22 - 2025.09.26																																																	
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 Kifli-fokhagymás tejfölös(1-2) Kal:155 F: 7g Zs: 2g Szh:19g 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 gyümölcsös Kal: 83 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g Húskrém(2-10) Kal:119 F: 3g Zs:11g Szh: 1g So:0,7g Tzs:4,2g 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 mazsolás(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										Tea csipkebogyós Kal: 83 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g Túrókrém - pritaminpaprikás(2) Kal: 64 F: 3g Zs: 5g Szh: 1g So:0,0g Tzs:1,7g 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 - citromos Kal: 85 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 Paradicsom Kal: 5 F: 0g Zs: 0g Szh: 1g So:0,0g Tzs:0,0g 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																		
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 278 13 9 28 0,8 3 0,1										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 361 10 12 51 1,7 4 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 305 10 6 51 1,0 2 21										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 325 9 8 51 1,5 2 21																		
	Karfiolleves-zöldséges(1-3) Kal: 69 F: 3g Zs: 1g Szh:12g So:0,6g Tzs:0,0g C:0,2g Debreceni tokány(1) Kal:295 F:18g Zs:23g Szh: 2g So:1,4g Tzs:6,8g C:0,1g Tésztaköret(1-3) Kal:293 F:11g Zs: 4g Szh:51g So:0,1g Tzs:0,7g C:1,6g										Gyümölcsleves(1-2) Kal:205 F: 2g Zs: 4g Szh:38g So:0,0g Tzs:2,1g C: 16g Majorannás csirkemáj(1) Kal:196 F:20g Zs:10g Szh: 5g So:0,5g Tzs:2,2g C:0,0g Rizibizi Kal:404 F: 8g Zs:10g Szh:68g So:0,0g Tzs:0,9g C:0,0g										Tarhonyaleves burgonyával(1-3) Kal:195 F: 3g Zs:11g Szh:16g So:0,8g Tzs:3,2g C:0,2g Tököfőzelék(2-1) Kal:211 F: 4g Zs: 9g Szh:28g So:0,6g Tzs:2,7g C: 10g Fasírt golyó(1-3-8) Kal:151 F: 2g Zs: 7g Szh: 1g So:0,8g Tzs:7,1g 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										Bakonyi pandúrleves(2-1) Kal:230 F:15g Zs:15g Szh: 9g So:1,1g Tzs:5,9g C:0,0g Káposztás kocka(1-3) Kal:495 F:12g Zs:21g Szh:62g So:0,6g Tzs:2,5g C:5,7g										Francia hagymaleves(1-2) Kal:156 F: 3g Zs: 9g Szh:16g So:1,2g Tzs:2,7g C:0,2g Levesgyöngy(1-2-3) Kal:111 F: 2g Zs: 7g Szh:10g So:0,4g Tzs:3,4g C:0,0g Dubarry sertésborda(2-1-3) Kal:327 F:22g Zs:21g Szh:11g So:0,2g Tzs:5,6g C:0,0g Burgonyapüré(2) Kal:245 F: 4g Zs: 8g Szh:31g So:0,1g Tzs:2,4g C:0,0g																		
g	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 656 31 0 65 2,1 8 1,9										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 805 31 24 111 0,6 5 16										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 978 18 42 106 3,0 22 24										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 725 28 35 71 1,7 8 5,7										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 839 31 45 67 1,8 14 0,2																		
u																																																											
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) Mogoró (7) Borsó (8) Dióféle (9) ; Mustár (10) ; SO2-Szulfít (11) ; Rákféle (12) ; Csillagfűrt (13) ; Puhatestűek (14)

Élelmezésvezető:.....