

Mamas-Food KFT Sajószentpéter Kossuth L. 99.										Étlap																				Repeta Win Szoftver										41.hét																			
ÁLT.1.(11-14)-A										2025.10.06 - 2025.10.10																																																	
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 csipkebogyós Kal: 83 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g Zala felvágott Kal: 45 F: 3g Zs: 4g Szh: 1g So:0,4g Tzs:1,4g 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										Karamellástej(2) Kal:175 F: 6g Zs: 3g Szh:29g So:0,2g Tzs:2,0g 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										Tea gyümölcsös Kal: 83 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g Soproni felvágott(2-8-10) Kal: 78 F: 5g Zs: 7g Szh: 0g So:0,4g Tzs:2,3g 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										Tea csipkebogyós Kal: 83 F: 0g Zs: 0g Szh:20g So:0,0g Tzs:0,0g C: 20g Sajtkrém - natúr(2) Kal: 33 F: 2g Zs: 2g Szh: 2g So:0,3g Tzs:1,2g C:1,2g Retek Kal: 3 F: 0g Zs: 0g Szh: 0g 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 278 13 9 28 0,8 3 0,1										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 326 9 8 51 1,5 3 21										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 353 11 8 57 1,1 3 26										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 355 11 12 50 1,5 3 21										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 277 8 3 52 1,3 1 22																		
E	Kalocsai gulyás(1-2-3-4) Kal:313 F:14g Zs:23g Szh:10g So:1,7g Tzs:2,9g C:0,1g Tejbenrizs(2) Kal:408 F:11g Zs: 5g Szh:76g So:0,3g Tzs:2,7g C: 27g Kakaószórat Kal: 87 F: 1g Zs: 1g Szh:18g So:0,0g Tzs:0,9g C: 22g										Brokkolikrémléves(1-2) Kal:127 F: 4g Zs: 8g Szh: 9g So:0,8g Tzs:3,0g C:0,2g ZsemlekoCKa(1-2) Kal: 70 F: 2g Zs: 0g Szh:15g So:0,0g Tzs:0,0g C:0,0g Húsos rakottburgonya(2-1) Kal:711 F:22g Zs:36g Szh:61g So:0,9g Tzs:7,1g C:0,0g Szilva befőtt Kal: 54 F: 0g Zs: 0g Szh:13g So:0,0g Tzs:0,0g C: 11g										Lábatlanleves(1-3) Kal: 89 F: 3g Zs: 1g Szh:18g So:0,6g Tzs:0,3g C:0,1g Csikós tokány(2-1) Kal:371 F:16g Zs:31g Szh: 5g So:0,3g Tzs:5,7g C:0,0g Tésztaköret(1-3) Kal:293 F:11g Zs: 4g Szh:51g So:0,1g Tzs:0,7g C:1,6g										Fahéjas almaleves(2) Kal:195 F: 1g Zs: 4g Szh:36g So:0,0g Tzs:2,0g C: 16g Majorannás csirkemáj(1) Kal:196 F:20g Zs:10g Szh: 5g So:0,5g Tzs:2,2g C:0,0g Petrezselymes rizs Kal:391 F: 6g Zs:12g Szh:63g So:0,0g Tzs:1,1g C:0,0g										Zöldséges burg.gombóclevés(1) Kal: 50 F: 1g Zs: 0g Szh:11g So:0,8g Tzs:0,0g C:0,0g Babfőzelék(1-2) Kal:417 F:20g Zs:10g Szh:59g So:5,4g Tzs:2,6g C:2,4g Sült debreceni Kal:170 F:11g Zs:14g Szh: 0g So:1,3g Tzs:5,8g C:0,0g Kenyér-főzelékhez(1-8) Kal:132 F: 5g Zs: 1g Szh:25g So:0,8g Tzs:0,1g C:0,5g																		
	Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 807 27 0 104 1,9 7 48										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 962 28 44 97 1,7 10 11										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 753 29 36 74 1,0 7 1,7										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 782 28 26 104 0,6 5 16										Kcal F Zs Sz Só T.zs Cuk 769 38 25 95 8,3 8 2,9																		
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) Szezám (5) Hal (6) Mogoró (7) Borsó (8) Dióféle (9) ; Mustár (10) ; SO2-Szulfid (11) ; Rákféle (12) ; Csillagfűrt (13) ; Puhatestűek (14)

Élelmezésvezető:.....