

A változtatás jogát fenntartjuk.

Étlap (alsó tagozatosok 7-10 csak ebéd)

Talizmán panzió
3534 Miskolc

2018.10.08. - 2018.10.12

Hétfő 2018.10.08.	Kedd 2018.10.09	Szerda 2018.10.10	Csütörtök 2018.10.11	Péntek 2018.10.12	
3 Ebéd					
Zellerkrémleves, kenyérfocika 159 Kcal A:=(Zeller, Glutén, Tej)	Zöldségleves 666 Kj 115 Kcal A:=(Glutén, Tojás)	Palócleves 481 Kj 209 Kcal A:=(Tej, Glutén)	Almalé 100 %-os 874 Kj 114 Kcal A:=()	Húsleves 478 Kj 144 Kcal A:=(Glutén, Tojás)	
provence csirke 396 Kcal A:=()	Babsólet 1657 Kj 351 Kcal A:=(Glutén, Tojás,)	Darás metélt barackíz 1466 Kj 402 Kcal A:=(Glutén, Tej)	Rántott halfilé 1680 Kj 223 Kcal A:=(Halak, Glutén, Tojás,)	Kelkáposzta főzelék 932 Kj 147 Kcal A:=(Glutén)	
Szőlő 71 Kcal A:=()	Félbarna kenyér 295 Kj 150 Kcal A:=(Glutén,)		Párolt rizs 288 Kcal A:=()	Sertéspörkölt 1202 Kj 105 Kcal A:=()	
				Kenyer 205 Kcal A:=(Glutén)	
Energia	2617,9 Kj	2574,7 Kj	2554,2 Kj	2612,3 Kj	2514,1 Kj
Energia	626,3 Kcal	616,0 Kcal	611,1 Kcal	625,0 Kcal	601,4 Kcal
Zsír	7,383 g	6,918 g	46,490 g	9,463 g	7,452 g
Fehérje	39,609 g	27,776 g	20,321 g	25,956 g	25,615 g
Szénhidrát	95,804 g	101,712 g	65,592 g	356,237 g	98,879 g
Só	1,500 g	4,500 g	6,800 g	1,500 g	6,000 g
Cukor	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g
Koleszterin	15,260 g	51,312 g	57,636 g	42,000 g	48,316 g
Telített zsír	0,104 g	0,184 g	0,360 g	0,400 g	0,140 g
Transz-zsír	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g	0,000 g

2018.10.13 Szombat ebéd
Gulyásleves
tejbegrí 2.

TALIZMÁN ÉTTEREM
ÉS PANZIÓ
OLÁH GÁBORNÉ E.V.
3534 Miskolc, Vár u. 14.
Adószám: 86749439-2-25