










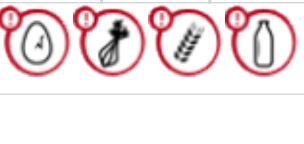



Heti étlap 2021.05.03. - 2021.05.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00002) Felnőtt B menü 19-69	Tejfölös karfiolleves , Rántott csirkemell, Vajas burgonya, Cékla	Csurgatott tojás leves, Piritott pulykamáj, Párolt rizs, Csemege uborka	Bakonyi Betyár leves, Aranygaluska, Vanília öntett	Gombaleves, Sokmagvas rántott csirkemell, Zöldséges rizs, Vitamin saláta	Joghurtos gyümölcsleves, Göngyölt csirkemell, Burgonyapüré, Vegyes savanyúság										
		Energia: 883,73 Kcal / 3 693,99 Kj	Energia: 828,58 Kcal / 3 463,46 Kj	Energia: 1 238,24 Kcal / 5 175,84 Kj	Energia: 1 001,18 Kcal / 4 184,93 Kj	Energia: 847,33 Kcal / 3 541,84 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		48,45 g	22,79 g	3,98 g	38,83 g	30,75 g	4,95 g	40,99 g	60,57 g	18,17 g	52,83 g	29,43 g	3,95 g	46,55 g	17,62 g	6,16 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
115,60 g	7,99 g	6,59 g	96,89 g	0,00 g	4,47 g	130,71 g	47,26 g	3,29 g	129,94 g	0,00 g	3,82 g	123,93 g	31,97 g	5,07 g		
				 	 	 										



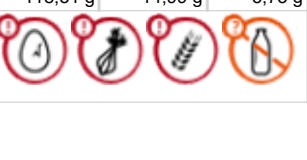
A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja !
 Bővebb tájékoztatás ezen a telefonszámokon kérhető: + 3630/817-0952, +3630/314-6453
www.rabakesz.hu

Heti étlap 2021.05.10. - 2021.05.14.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00002) Felnőtt B menü 19-69	Zeller leves , Mézes-mustáros csirkemell, Párolt rizs	Zöldborsóleves , Rakott burgonya kolbásszal, Csemege uborka	Frankfurti leves, Rántott gomba, Párolt rizs, Tartármártás	Csontleves csigatésztával, Kijevi csirkemell, Petrezselymes burgonya, Cékla	Brokkolikrémleves pirított zsemlekockáva, Töltött csirkecomb, Francia saláta										
		Energia: 934,92 Kcal / 3 907,97 KJ	Energia: 1 393,59 Kcal / 5 825,21 KJ	Energia: 1 284,23 Kcal / 5 368,08 KJ	Energia: 1 231,40 Kcal / 5 147,25 KJ	Energia: 976,54 Kcal / 4 081,94 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		43,80 g	33,17 g	6,97 g	45,87 g	73,12 g	21,09 g	44,58 g	54,17 g	14,07 g	55,88 g	54,41 g	11,01 g	63,78 g	43,55 g	10,99 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
109,25 g	8,10 g	3,18 g	97,65 g	0,00 g	8,83 g	153,24 g	2,00 g	6,51 g	122,40 g	7,99 g	6,60 g	80,79 g	7,99 g	6,73 g		
																





A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja !
 Bővebb tájékoztatás ezen a telefonszámokon kérhető: + 3630/817-0952, +3630/314-6453
www.rabakesz.hu

Heti étlap 2021.05.17. - 2021.05.21.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00002) Felnőtt B menü 19-69	Minestrone leves, Milánói sertésborda reszelt sajttal	Karalábé krémleves leves gyönggyel, Sertéssült tavasziasan, Snidlinges burgonyapüré	Baromfi raguleves, Rántott sajt, Párolt rizs, Tartármártás	Májgaluska leves, Paprikás burgonya kolbásszal, Vegyes savanyúság	Paradicsomleves, Citromos csirkemell, Párolt barna rizs										
		Energia: 975,61 Kcal / 4 078,05 KJ	Energia: 1 002,27 Kcal / 4 189,49 KJ	Energia: 1 579,25 Kcal / 6 601,27 KJ	Energia: 1 027,22 Kcal / 4 293,78 KJ	Energia: 990,52 Kcal / 4 140,37 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		56,00 g	32,00 g	9,14 g	42,14 g	47,69 g	11,69 g	77,21 g	85,86 g	36,26 g	47,42 g	48,40 g	13,71 g	37,07 g	37,13 g	6,86 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
114,62 g	0,00 g	4,04 g	92,12 g	0,00 g	4,02 g	122,98 g	2,00 g	7,97 g	98,04 g	0,00 g	7,15 g	118,51 g	14,99 g	3,73 g		
																

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja !
 Bővebb tájékoztatás ezen a telefonszámokon kérhető: + 3630/817-0952, +3630/314-6453
www.rabakesz.hu

Heti étlap 2021.05.24. - 2021.05.28.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00002) Felnőtt B menü 19-69	Tavaszi leves, Tarhonyáshús, Fejes saláta	Alföldi gulyásleves, Csőbensült brokkoli sonkával-sajttal	Lebbencsleves, Vadas sertésszelet, Zsemlegombóc	Magyaros zöldbableves, Marhapörkölt, Tarhonya köret, Almapaprika
		Energia: 900,45 Kcal / 3 763,88 KJ	Energia: 694,18 Kcal / 2 901,67 KJ	Energia: 1 095,17 Kcal / 4 577,81 KJ	Energia: 934,72 Kcal / 3 907,13 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		41,48 g 30,15 g 5,61 g	39,21 g 27,99 g 8,48 g	46,67 g 49,17 g 12,32 g	43,12 g 38,88 g 8,03 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
114,52 g 19,98 g 2,06 g	66,46 g 0,00 g 6,78 g	114,46 g 5,00 g 4,57 g	101,74 g 1,00 g 7,55 g		
					

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja !
 Bővebb tájékoztatás ezen a telefonszámokon kérhető: + 3630/817-0952, +3630/314-6453
www.rabakesz.hu