

FLAMÓ GLUTÉN- TEJ- ÉS CUKORMENTES ÉTTEREM

7030 Paks, Tolnai út 26. 2400 Dunaújváros, Római körút 36. Paks: 20/5099-718 Dunaújváros: 30/5550-720

	2026. 06. 08.			2026. 06. 09.			2026. 06. 10.			2026. 06. 11.			2026. 06. 12.		
Ebéd	Zöldborsóleves Bazsalikomos csirkesült Friss saláta Párolt békabirépa			Tárkonyos zöldségleves Rántott csirkemell Párolt basmati rizs Csemege uborka			Húsos karfiolleves Paradicsomos húsgombóc, főtt burgonya			Almaleves Csirkepörkölt Galuska Friss vegyesvágott			Brokkolikrémleves Sertésragu Jóasszony módra Párolt basmati rizs		
	energia: 310 Kcal	fehérje: 23 g	zsír / telített zs.: 11 g / 1,8 g	energia: 384 Kcal	fehérje: 28 g	zsír / telített zs.: 7 g / 1 g	energia: 430 Kcal	fehérje: 27 g	zsír / telített zs.: 17 g / 4 g	energia: 426 Kcal	fehérje: 31 g	zsír / telített zs.: 13 g / 2,5 g	energia: 392 Kcal	fehérje: 26 g	zsír / telített zs.: 14 g / 3,4 g
	szénhidrát: 29 g	cukor: 8 g	só: 2,6 g	szénhidrát: 52 g	cukor: 4 g	só: 4 g	szénhidrát: 41 g	cukor: 3 g	só: 1,9 g	szénhidrát: 46 g	cukor: 7 g	só: 2,5 g	szénhidrát: 39 g	cukor: 2 g	só: 2,3 g
	Allergén: Feltételezhető:			Allergén: tojás; mustár Feltételezhető:			Allergén: tojás Feltételezhető: zeller			Allergén: tojás Feltételezhető:			Allergén: mustár Feltételezhető:		