

FLAMÓ GLUTÉN- TEJ- ÉS CUKORMENTES ÉTTEREM

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

	1. nap			2. nap			3. nap			4. nap			5. nap		
Ebéd	Medvehagymás zöldségleves Bolognai spagetti			Tárkonyos borjúraguleves Kelkáposztafőzelék Reszelt csirkemáj			Meggyleves Burgonyafőzelék Ropogós csirkecombfilé			Kacsaerőleves zöldségekkel Zöldborsófőzelék Sárgarépás sertésfasírozott			Csirkegulyás Tápiókapuding málnával		
	energia: 196 Kcal	fehérje: 10 g	zsír / telített zs.: 7 g / 2,1 g	energia: 209 Kcal	fehérje: 18 g	zsír / telített zs.: 9 g / 1,9 g	energia: 282 Kcal	fehérje: 19 g	zsír / telített zs.: 9 g / 1,6 g	energia: 230 Kcal	fehérje: 15 g	zsír / telített zs.: 10 g / 2,4 g	energia: 209 Kcal	fehérje: 7 g	zsír / telített zs.: 4 g / 0,6 g
	szénhidrát: 22 g	cukor: 3 g	só: 0,9 g	szénhidrát: 14 g	cukor: 1 g	só: 1,3 g	szénhidrát: 30 g	cukor: 4 g	só: 1,4 g	szénhidrát: 19 g	cukor: 4 g	só: 1,3 g	szénhidrát: 34 g	cukor: 3 g	só: 0,5 g
	Allergén: Feltételezhető: zeller			Allergén: zeller Feltételezhető:			Allergén: Feltételezhető:			Allergén: tojás; zeller Feltételezhető:			Allergén: zeller Feltételezhető:		