

**TOJÁSMENTES**  
**13. hét 2026.03.23-03.26.**

**Minorita Kft.**  
 3525 Miskolc Kelemen Didák út 1

	<b>Hétfő</b>	<b>Kedd</b>	<b>Szerda</b>	<b>Csütörtök</b>	<b>Péntek</b>
<b>Ebéd</b>	Gombaleves	Zöldséges karfiolleves	Gulyásleves	Brokkolikrémleves	Zöldségleves tojásmentes levesbetéttel
	Sertéspörkölt	Francia lecsós sertéstokány	Kenyér	Kolozsvári rakott káposzta	Halpaprikás
	Tökfőzelék	Tojásmentes tésztaköret	Darás metélt tojásmentes tésztából		Tojásmentes tésztaköret
	Kenyér		Lekvár		
	energia: 602 Kcal fehérje: 27 g zsír / telített zs.: 28 g / 4,4 g szénhidrát: 60 g cukor: 0 g só: 1,6 g	energia: 634 Kcal fehérje: 28 g zsír / telített zs.: 28 g / 7,5 g szénhidrát: 68 g cukor: 0 g só: 1,7 g	energia: 632 Kcal fehérje: 26 g zsír / telített zs.: 28 g / 7,5 g szénhidrát: 67 g cukor: 11 g só: 1,5 g	energia: 615 Kcal fehérje: 29 g zsír / telített zs.: 27 g / 7,8 g szénhidrát: 62 g cukor: 0 g só: 1,4 g	energia: 650 Kcal fehérje: 30 g zsír / telített zs.: 26 g / 6,4 g szénhidrát: 70 g cukor: 0 g só: 1,5 g
	Allergének: glutén, tejtermék, laktóz	Allergének: glutén	Allergének: glutén	Allergének: glutén, tejtermék, laktóz	Allergének: glutén; tojás, tejtermék, laktóz, hal
	Feltételezhető:	Feltételezhető:	Feltételezhető: glutén; kéndioxid, szulfid	Feltételezhető: glutén	Feltételezhető:

Készült: NutriComp Étrend5 szoftverrel  
 Készítette: Csizmadia Judit - dietetikus