

Sárkány Étterem**Heti menü****Tel: 96/262-074**

Június 6-tól

Július

12-ig

NÉV:

CÍM:

A menü**B menü****Hétfő**

Sertésragu leves

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
1264	12.9	24.5	7

Rántott karfiol, rizs

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
2846	15.2	24.5	96.4

Tihanyi csirkemellfilé, hasábburgonya

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
3716	30.8	51.8	73

Kedd

Csontleves finomtetél

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
433	5	2.9	14

Borsófőzelék, sertéspörkölt

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
3209	41.4	40.8	112

Vándor szelet, petrezselymes burgonya, káposztával töltött paprika

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
3117	32.8	29.3	86

Szerda

Gyümölcsleves

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
689	2.8	10.4	14

Hentes tokány, csavartészta

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
2659	38.7	23.3	67

Töltött csirkecomb, rizs, házi vegyessaláta

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
3198	36.8	22.8	100.4

Csütörtök

Bagulyás

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
1264	12.9	24.5	7

Szilvás gombóc

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
3085	18.1	10.9	140

Csirkeragu Szépasszony módra, galuska

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
2495	37.2	19.3	68

Péntek

Vajbableves

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
717	3.6	10.4	16

Rakott káposzta

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
2261	20.4	35.1	35

Sajttal, brokkolival töltött pulykamellfilé, rizibizi, káposztasaláta

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
4055	35.5	79.5	107

Szombat

Nyírségi húsgombóc leves, Sajttal töltött sertésborda, Rizs, Káposztasaláta, Kakaós palacsinta

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
5561	50.7	64.9	131.4

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
7251	59.8	79.3	190.4

Vasárnap

Csontleves májgaluska, Pulykamellfilé gazdagon töltve, hasábburgonya, házi vegyessaláta, arany galuska

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
4929	39.2	64.1	109

energia (kJ)	fehérje (g)	zsír (g)	szénhidrát (g)
7515	55.2	89.6	189