21.hét

Gluténmentes (GM) étlap 2020. május 18.-május. 22.

	Hétfő	**Kedd**	**Szerda**	**Csütörtök**	**Péntek**
Tízórai	Tej Miniméz Margarin Kenyér (gluténmentes)	Sütőtökpüré Kenyér (gluténmentes)	Tej Péksütemény (gluténmentes)	Kakaó (gluténmentes) Minidzsem Margarin Kenyér (gluténmentes)	Túró Rudi (gluténmentes) Kenyér (gluténmentes)
Ebéd	Magyaros burgonyaleves (gluténmentes tészta) Gombás sertés tokány Tészta köret (gluténmentes)	Zöldborsóleves (gluténmentes tésztával) Paprikás burgonya kolbásszal (gluténmentes) Kenyér (gluténmentes)	Reszelttészta leves (gluténmentes tészta) Sertés pörkölt Lencsefőzelék (gluténmentes) Kenyér (gluténmentes)	Gulyásleves (gluténmentes tészta) Rakott karfiol	Húsleves csigatésztával (gluténmentes tészta) Főtt hús Főtt burgonya Paradicsom mártás (gluténmentes)
Uzsonna	Májkrém (gluténmentes) Kenyér (gluténmentes) Zöldség	Körözött túró Kenyér (gluténmentes) Zöldség	Alma Margarin Kenyér (gluténmentes)	Májpástétom (gluténmentes) Kenyér (gluténmentes) Zöldpaprika	Minimargarin Kenyér (gluténmentes) Uborka

Az alapanyagok gluténmentesek legyenek.

Szikszai Csilla dietetikus