

2018.DECEMBER 31 - 2019.JANUÁR 6

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Pizza sonka <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 400 kcal szénhidr.39,4g fehérje 15,8 g cukor 0 g zsír 10,3 g só 1,1 g	Tejeskávé diab Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virslí <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej energia 385 kcal szénhidr.40,3g fehérje 17 g cukor 0,5g zsír 7,5 g só 1,4g	Tejeskávé diab Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 524 kcal szénhidr.43,3 g fehérje 23 g cukor 0 g zsír 18,6 g só 1,1g	Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Zalai 3dk <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 416 kcal szénhidr. 39,6g fehérje20,5 g cukor 0 g zsír 16,3 g só 1,1 g	Tej 2dl Gépsonka/5 dkg Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej energia 420 kcal szénhidr.39,6g fehérje 27,1 g cukor 0g zsír 13,9 g só 2,8g	Tejeskávé diab Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Medve sajt <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 432 kcal szénhidr.39,9 g fehérje 20 g cukor 0g zsír 11,6 g só 1,1g	Tejeskávé diab Teffőlis túró Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 495 kcal szénhidr. 43,1g fehérje 28,1 g cukor 0g zsír 13,4 g só 1,1g
Tízórai	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 321 kcal szénhidr.36,6 g fehérje 9,1 g cukor 0 g zsír 2,5 g só 1,1 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 224 kcal szénhidr.22,2 g fehérje 4,6 g cukor 0 g zsír 1,4 g só 0,5 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g	Margarin,mini Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén energia 180 kcal szénhidr.24,8 g fehérje 5,4 g cukor 0 g zsír 7,2 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 261 kcal szénhidr. 32,6g fehérje 5,5 g zsír ZST7 g zsír 2,4 g só 1,2 g
Ebéd	Főtt tojás H.husleves /A Burgonya 10 dkg Sóskamártás <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 731 kcal szénhidr.59,1 g fehérje 18,9 g cukor 0 g zsír 27,3 g só 0 g	Lencseleves Pároltrizs Szezámagos csirkemell Ecetes uborka <i>Allergének:</i> glutén, szezámag, tojások energia 1164 kcal szénhidr. 112,8g fehérje 47,2 g cukor 2g zsír 61,3 g só 1g	Csontleves Tonhalas paradicsomos penne/D <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 441 kcal szénhidr. 59g fehérje 23,3 g cukor 2,5 g zsír 12,6 g só 0 g	Karalábéleves Petrezselymes rizs/D Rakottszelet Céklasavanyuság <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 719 kcal szénhidr.60,4 g fehérje 29,5 g cukor 0g zsír 31,7 g só 0,2g	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Rizsleves Zöldborsófőzelék Sülthús <i>Allergének:</i> glutén energia 901 kcal szénhidr.71,6g fehérje 20,6 g cukor 0g zsír 27,7 g só1,2 g	Diab jam Abc.tészta leves Rizsfelfűjt Diab. <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 616 kcal szénhidr. 64,7g fehérje 13,2 g cukor 0g zsír 21,8 g só 0g	Csontleves Kagylótészta Teffőlösszelet <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 904 kcal szénhidr. 70,1g fehérje 35,6 g cukor: 0,2g zsír 35,1 g só 0,3g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 68 kcal szénhidr.12,4 g fehérje 2,7 g cukor 0 g zsír 1,1 g só 0,6 g</p>	<p>Mandarin</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 0 kcal szénhidr.0 g fehérje 0 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g</p>	<p>Kivi Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 93 kcal szénhidr.18,1 g fehérje 3,2 g cukor 0 g zsír 1,1 g só 0,6 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Narancs,mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 100 kcal szénhidr.19,2 g fehérje 3,2 g cukor 0 g zsír 1,1 g só 0,6 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 68 kcal szénhidr.12,4 g fehérje 2,7 g cukor 0 g zsír 1,1 g só 0,6 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Alma 15 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 114 kcal szénhidr.22,9 g fehérje 3,3 g cukor 0 g zsír 1,1 g só 0,6 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Alma 15 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 144 kcal szénhidr.24,9g fehérje5,1 g zsír ZSU7 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>
Vacsora	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Edámi sajt 5 dkg Póréhagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 521 kcal szénhidr.40,3 g fehérje28,9 g cukor 0 g zsír 23,6 g só 2,1 g</p>	<p>Tea diab Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Tavaszi felvágott</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 375 kcal szénhidr.29,8g fehérje 15,5 g cukor0 g zsír 16,5 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 3dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. SM körözött 5dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 345 kcal szénhidr.44,7g fehérje19,2 g cukor0 g zsír 6,8 g só1,1 g</p>	<p>Tej 3dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Kefires turó Póréhagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 552 kcal szénhidr. 48g fehérje31,1 g cukor 0 g zsír 12,3 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Trapista sajt 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 555 kcal szénhidr.41,1g fehérje30,2 g cukor 0g zsír 24,4 g só 2,3g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú körözött Póréhagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 383 kcal szénhidr.41,9g fehérje21,8 g cukor 0g zsír 9,2 g só 1,1g</p>	<p>Tea diab Kígyó uborka Margarin,mini Párizsi3dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab</p> <p>energia 332 kcal szénhidr. 30,2g fehérje13,1 g cukor 0g zsír 13,1 g só 1,7g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!