

2019.JANUÁR 14-20

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	<p style="text-align: center;">Tej Májkrem Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 489 kcal szénhidr.46g fehérje 24,7 g cukor 0 g zsír 19,3 g só 1,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Kakaó DIAB Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Medve sajt A</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 478 kcal szénhidr.46,5g fehérje 24 g cukor 0g zsír 13,7 g só 1,1g</p>	<p style="text-align: center;">Tejeskávé diab Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Virsli</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 385 kcal szénhidr.40,3 g fehérje 17 g cukor 0,5 g zsír 7,5 g só 1,4g</p>	<p style="text-align: center;">Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. SM körözött 5dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 295 kcal szénhidr. 39,4g fehérje15,8 g cukor 0 g zsír 5,3 g só 1,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csem.rúd 5 dkg Póréhagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 406 kcal szénhidr.39,8g fehérje 16,9 g cukor 0g zsír 10,4 g só 1,2g</p>	<p style="text-align: center;">Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Tömlős sajt sm 50g</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 383 kcal szénhidr.41,9 g fehérje 19,8 g cukor 0g zsír 12,3 g só 1,1g</p>	<p style="text-align: center;">Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Póréhagyma Zalai fv.5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 467 kcal szénhidr. 39,7g fehérje 23,6 g cukor 0g zsír 20,3 g só 1,1g</p>
Tízórai	<p style="text-align: center;">Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 321 kcal szénhidr.36,6 g fehérje 9,1 g cukor 0 g zsír 2,5 g só 1,1 g</p>	<p style="text-align: center;">Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g</p>	<p style="text-align: center;">Teljeskiőrlésű zsemle 1db Trapista sajt 3 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 249 kcal szénhidr.25,3 g fehérje 13,7 g cukor 0 g zsír 10,6 g só 1,9 g</p>	<p style="text-align: center;">Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g</p>	<p style="text-align: center;">Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g</p>	<p style="text-align: center;">Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g</p>	<p style="text-align: center;">Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 321 kcal szénhidr. 36,6g fehérje 9,1 g zsír ZST7 g zsír 2,5 g só 1,1 g</p>
Ebéd	<p style="text-align: center;">Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Vegyes zöldségleves Zöldbabfőzelék Sülthús</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 607 kcal szénhidr.51,5 g fehérje 15,7 g cukor 0 g zsír 26,3 g só 1,2 g</p>	<p style="text-align: center;">Brokkolikr.leves Tarhonyáshús/DIAB Csalamádé</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 668 kcal szénhidr. 62,1g fehérje 15,1 g cukor 0,2g zsír 14,6 g só 0,2g</p>	<p style="text-align: center;">Csontleves Spagett, makaróni DIAB Vadas/Diab</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej, tojások</p> <p>energia 839 kcal szénhidr. 68,6g fehérje 35,5 g cukor 0,4 g zsír 28,2 g só 0,4 g</p>	<p style="text-align: center;">Csurgatott tésztaleves Rizi-bizi DIAB Vagdalt Kukoricás káposztasaláta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 699 kcal szénhidr.85,2 g fehérje 15 g cukor 0g zsír 22 g só 0,3g</p>	<p style="text-align: center;">Geszemice leves Hagymás törtburgonya Véres-májás hurka Párolt káposzta /A /05</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 1196 kcal szénhidr.70,9g fehérje 40,6 g cukor 4g zsír 65,9 g só2,2 g</p>	<p style="text-align: center;">Karlábéleves Savanyú burgonyafőzelék DIAB Sülthús</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 544 kcal szénhidr. 57,9g fehérje 10,2 g cukor 0,2g zsír 25,6 g só 0,2g</p>	<p style="text-align: center;">Tejfölös karfiolleves Pároltrizs Sülthal Céklasavanyuság</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 1028 kcal szénhidr. 66,8g fehérje 35,7 g cukor: 0g zsír 57,7 g só 0g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	<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 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 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>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 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>Kivi Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 123 kcal szénhidr.20,1g fehérje5 g zsír ZSU7 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>
Vacsora	<p>Tej Tejfőlés túró Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 460 kcal szénhidr.45,7 g fehérje29,8 g cukor 0 g zsír 14,1 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 3dl Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Főtt tojás Zalai 3dk</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 489 kcal szénhidr.45,2g fehérje 29,3 g cukor0 g zsír 17,6 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 3dl Kígyó uborka Margarin,mini Párizsi5dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 527 kcal szénhidr.46,4g fehérje25,7 g cukor0 g zsír 21,4 g só2,1 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Póréhagyma Tavaszi felvágott</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 350 kcal szénhidr. 28,9g fehérje15 g cukor 0 g zsír 16,4 g só 1,1 g</p>	<p>Tea diab Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Kefir</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 261 kcal szénhidr.33,4g fehérje12,4 g cukor 0g zsír 5,9 g só 1,4g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Sajtospárizsi 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 475 kcal szénhidr.40,4g fehérje22,3 g cukor 0g zsír 11,3 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Főtt tojás Edámi sajt 3 dk</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 472 kcal szénhidr. 40,3g fehérje29,1 g cukor 0g zsír 18,1 g só 1,7g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!