

2019.JANUÁR 21-27

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	<p>Tejeskávé diab Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 355 kcal szénhidr.39,4g fehérje 15,8 g cukor 0 g zsír 5,3 g só 1,1 g</p>	<p>Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Füstölt f. tarja</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 547 kcal szénhidr.46,2g fehérje 27,3 g cukor 0g zsír 20 g só 1,3g</p>	<p>Tejeskávé diab Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 400 kcal szénhidr.39,4 g fehérje 15,8 g cukor 0 g zsír 10,3 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Virslí</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 325 kcal szénhidr. 40,3g fehérje17 g cukor 0,5 g zsír 7,5 g só 1,4 g</p>	<p>Kakaó DIAB Gépsonka/3 dkg Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 494 kcal szénhidr.46,1g fehérje 26,6 g cukor 0g zsír 14,6 g só 2,1g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 466 kcal szénhidr.47,2 g fehérje 15,9 g cukor 0g zsír 10,5 g só 1,1g</p>	<p>Tejeskávé diab Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 400 kcal szénhidr. 39,4g fehérje 15,8 g cukor 0g zsír 10,3 g só 1,1g</p>
Tízórai	<p>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>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>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>Teljeskiőrlésű zsemle 1db Medve sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 213 kcal szénhidr.25,3 g fehérje 9,6 g cukor 0 g zsír 8,4 g só 1,2 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Kefir</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 134 kcal szénhidr.17 g fehérje 6,1 g cukor 0 g zsír 4,7 g só 0,9 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1db Kefir</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 201 kcal szénhidr.29,4 g fehérje 8,8 g cukor 0 g zsír 5,8 g só 1,5 g</p>	<p>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>Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Zöldségleves Zöldbabfőzelék Sült oldalas Diab.nápolyi</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller</p> <p>energia 750 kcal szénhidr.53,8 g fehérje 29,4 g cukor 0,2 g zsír 46 g só 0,6 g</p>	<p>Paradicsomleves /Diab. Kagylótészta Sertéspörkölt Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 620 kcal szénhidr. 69,4g fehérje 16,6 g cukor 1,9g zsír 23,8 g só 0,2g</p>	<p>Csirkeleves Gránátos kocka/diab Vegyes vágott /vödrös/</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 658 kcal szénhidr. 65,9g fehérje 11,9 g cukor 0 g zsír 20,2 g só 0 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Narancs,mandarin H.husleves /A Toros káposzta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 785 kcal szénhidr.59,5 g fehérje 17 g cukor 1,1g zsír 22 g só 1,3g</p>	<p>Diab jam Palócleves Rizsfelfújt Diab.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 739 kcal szénhidr.77g fehérje 17,8 g cukor 0g zsír 26,1 g só0,1 g</p>	<p>Főtt tojás Reszelttésztalesves Burgonya 10 dkg Sóskamártás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 635 kcal szénhidr. 63,1g fehérje 20,2 g cukor 0g zsír 27,6 g só 0g</p>	<p>Tavaszi leves Pároltrizs Rántott hal Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 1167 kcal szénhidr. 76,2g fehérje 37,3 g cukor: 0g zsír 59,2 g só 0,4g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Alma 15 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 144 kcal szénhidr.24,9 g fehérje 5,1 g cukor 0 g zsír 1,2 g só 0,5 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 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>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 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 Alma 15 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 114 kcal szénhidr.22,9g fehérje3,3 g zsír ZSU7 g zsír 1,1 g só 0,6 g</p>
Vacsora	<p>Tej 3dl Párizsi3dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú sajtkrém Lilahagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 509 kcal szénhidr.48,7 g fehérje27,8 g cukor 0 g zsír 19,5 g só 2,1 g</p>	<p>Tej 2dl Májkrém Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 464 kcal szénhidr.43,3g fehérje 23 g cukor0 g zsír 18,6 g só 1,1 g</p>	<p>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 fehérje23,6 g cukor0 g zsír 20,3 g só1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Tejfölös túró Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 460 kcal szénhidr. 43,9g fehérje28,6 g cukor 0 g zsír 13,4 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Májkrém Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 464 kcal szénhidr.43,3g fehérje23 g cukor 0g zsír 18,6 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Póréhagyma SM körözött 5dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 295 kcal szénhidr.39,4g fehérje15,8 g cukor 0g zsír 5,3 g só 1,1g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Edámi sajt 3 dk</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 458 kcal szénhidr. 29,5g fehérje22,9 g cukor 0g zsír 24,4 g só 1,7g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!