

## 2019.FEBRUÁR 11-17

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Reggeli</b>	<p>Tejeskávé diab Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 524 kcal szénhidr.43,3g fehérje 23 g cukor 0 g zsír 18,6 g só 1,1 g</p>	<p>Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 572 kcal szénhidr.53,8g fehérje 19,9 g cukor 0g zsír 12,7 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini S.m. kockasajt natúr Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 417 kcal szénhidr.39,9 g fehérje 20 g cukor 0 g zsír 16,6 g só 1,1g</p>	<p>Tejeskávé diab Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virsli</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 385 kcal szénhidr. 40,3g fehérje17 g cukor 0,5 g zsír 7,5 g só 1,4 g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Körözött Póréhagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 431 kcal szénhidr.43g fehérje 28 g cukor 0g zsír 13 g só 1,1g</p>	<p>Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 514 kcal szénhidr.46,3 g fehérje 25,2 g cukor 0g zsír 17,3 g só 1,1g</p>	<p>Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Tavaszi felvágott</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 510 kcal szénhidr. 39,5g fehérje 21,8 g cukor 0g zsír 19,4 g só 1,1g</p>
<b>Tízórai</b>	<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 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 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 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 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>
<b>Ebéd</b>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Karatábéleves Zöldbabfőzelék Sülthús Diab.nápolyi</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 585 kcal szénhidr.68,2 g fehérje 15,9 g cukor 0 g zsír 26,5 g só 1,2 g</p>	<p>Paradicsomleves /Diab. Pároltrizs Zöldséges vagdalt Vegyes vágott /vödrös/</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 588 kcal szénhidr. 75,3g fehérje 13,9 g cukor 1,8g zsír 19,7 g só 0,3g</p>	<p>Abc.tészta leves Túrós tészta diab</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 828 kcal szénhidr. 49,9g fehérje 23,7 g cukor 0 g zsír 45,5 g só 1,5 g</p>	<p>Köményleves Serp.burg. Diab Céklasavanyuság</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab</p> <p>energia 774 kcal szénhidr.67,7 g fehérje 20,5 g cukor 0,4g zsír 34,8 g só 1,9g</p>	<p>Tavaszi leves Pároltrizs Majonézeshal</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 1162 kcal szénhidr.59,4g fehérje 38,4 g cukor 0g zsír 24,1 g só0,3 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Daragal.leves Zöldborsófőzelék Virsli</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tojások</p> <p>energia 727 kcal szénhidr. 58,2g fehérje 18,5 g cukor 0g zsír 18,2 g só 1,3g</p>	<p>H.husleves /A Pároltrizs Vasi kanászcsepenye Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 821 kcal szénhidr. 50,8g fehérje 28,6 g cukor: 0,1g zsír 34,9 g só 0,3g</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 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 1db Alma 15 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 181 kcal szénhidr.35,3 g fehérje 6 g cukor 0 g zsír 2,2 g só 1,2 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.22,9 g fehérje 3,3 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 kenyér 1sz. Alma 15 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 241 kcal szénhidr.39,3g fehérje9,6 g zsír ZSU7 g zsír 2,3 g só 1,1 g</p>
Vacsora	<p>Tej Margarin,mini Párizsi5dkg Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 477 kcal szénhidr.42,9 g fehérje23,5 g cukor 0 g zsír 20,6 g só 2,1 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Pizza sonka Póréhagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 240 kcal szénhidr.28,8g fehérje 9 g cukor 0 g zsír 7,3 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 3dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Főtt tojás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 483 kcal szénhidr.45,9g fehérje25,1 g cukor 0 g zsír 16,7 g só1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Aszópikos pulyka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 517 kcal szénhidr. 41,3g fehérje27,3 g cukor 0 g zsír 24,3 g só 2,6 g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú sajtkrém Kefir</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 458 kcal szénhidr.47,5g fehérje24,2 g cukor 0g zsír 15,9 g só 1,8g</p>	<p>Tej 2dl Gépsonka/5 dkg Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 445 kcal szénhidr.40,5g fehérje27,6 g cukor 0g zsír 13,9 g só 2,8g</p>	<p>Tea diab Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Kefíres turó</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 402 kcal szénhidr. 32,1g fehérje20,9 g cukor 0g zsír 7,8 g só 1,1g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!