

2019.ÁPRILIS 8-14

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	<p>Tejeskávé diab Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 524 kcal szénhidr.43,3g fehéjje 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 fehéjje 19,9 g cukor 0g zsír 12,7 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 340 kcal szénhidr.39,4 g fehéjje 15,8 g cukor 0 g zsír 10,3 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virsli</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 325 kcal szénhidr. 40,3g fehéjje17 g cukor 0,5 g zsír 7,5 g só 1,4 g</p>	<p>Tejeskávé diab Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Körözött</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 491 kcal szénhidr.43g fehéjje 28 g cukor 0g zsír 13 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Tömlős sajt 5dk</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 383 kcal szénhidr.41,9 g fehéjje 19,8 g cukor 0g zsír 12,3 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 408 kcal szénhidr. 39,7g fehéjje 21,2 g cukor 0g zsír 15,1 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 fehéjje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 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 fehéjje 6,1 g cukor 0 g zsír 4,7 g só 0,9 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehéjje 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 fehéjje 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 fehéjje 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 fehéjje 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 fehéjje 9,1 g zsír ZST7 g zsír 2,5 g só 1,1 g</p>
Ebéd	<p>Karalábéleves Spenót Burgonya 10 dkg Sülthús</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 613 kcal szénhidr.58,7 g fehéjje 15,4 g cukor 0 g zsír 25,3 g só 0,2 g</p>	<p>Paradicsomleves /Diab. Petrezselymes rizs/D Zöldséges vagdalt Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 621 kcal szénhidr. 76,8g fehéjje 14,3 g cukor 1,8g zsír 19,8 g só 0,3g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Burgonyaleves diab. Tökfőzelék Sertéspörkölt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 756 kcal szénhidr. 69,5g fehéjje 17,8 g cukor 0,2 g zsír 26,5 g só 1,3 g</p>	<p>Tavaszeleves Rakott zöldbab</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 588 kcal szénhidr.63,6 g fehéjje 14,1 g cukor 0,1g zsír 25,6 g só 0,2g</p>	<p>Tojásleves Mexikói rizs /05 Rántott hal Céklasavanyuság</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 1021 kcal szénhidr.71,6g fehéjje 36,1 g cukor 0g zsír 57,3 g só0,4 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 fehéjje 18,5 g cukor 0g zsír 18,2 g só 1,3g</p>	<p>H.husleves /A Pároltrizs Töltöttcsirke Csalamádé</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 864 kcal szénhidr. 61,7g fehéjje 42,3 g cukor: 0g zsír 27,7 g só 0,2g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

	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>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>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 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 Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Lilahagyma Soproni felvágott</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 493 kcal szénhidr.42,6 g fehérje23,5 g cukor 0 g zsír 22,6 g só 2,1 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csem.rúd 5 dkg Póréhagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 246 kcal szénhidr.29,2g fehérje 10,1 g cukor0 g zsír 7,4 g só 1,2 g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Kefíres turó</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 527 kcal szénhidr.43,6g fehérje28,2 g cukor0 g zsír 10,8 g só1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Retek Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Pizza sonka 3dkg Medve sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 398 kcal szénhidr. 40,8g fehérje20,5 g cukor 0 g zsír 11,6 g só 1,1 g</p>	<p>Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Edámi sajt 3 dk Póréhagyma Soproni felvágott 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 431 kcal szénhidr.29,9g fehérje22,9 g cukor 0g zsír 21,8 g só 2,7g</p>	<p>Tej 3dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zalai fv.5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 542 kcal szénhidr.45,9g fehérje27,5 g cukor 0g zsír 21,8 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Újhagyma 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>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!