

## 2019.ÁPRILIS 29 - MÁJUS 5

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Reggeli</b>	Tejeskávé diab Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ.  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 524 kcal szénhidr.43,3g fehérje 23 g cukor 0 g zsír 18,6 g só 1,1 g	Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 514 kcal szénhidr.46,3g fehérje 25,2 g cukor 0g zsír 17,3 g só 1,1g	Tejeskávé diab Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 400 kcal szénhidr.39,4 g fehérje 15,8 g cukor 0 g zsír 10,3 g só 1,1g	Tej 2dl Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virsli  <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej  energia 325 kcal szénhidr. 40,3g fehérje17 g cukor 0,5 g zsír 7,5 g só 1,4 g	Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Edámi sajt 5 dkg  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 581 kcal szénhidr.40,3g fehérje 28,9 g cukor 0g zsír 23,6 g só 2,1g	Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab jam  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 466 kcal szénhidr.47,2 g fehérje 15,9 g cukor 0g zsír 10,5 g só 1,1g	Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 468 kcal szénhidr. 39,7g fehérje 21,2 g cukor 0g zsír 15,1 g só 1,1g
<b>Tízórai</b>	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Medve sajt  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 213 kcal szénhidr.25,3 g fehérje 9,6 g cukor 0 g zsír 8,4 g só 1,2 g	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 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	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Kefir  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 201 kcal szénhidr.29,4 g fehérje 8,8 g cukor 0 g zsír 5,8 g só 1,5 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Diab jam  <i>Allergének:</i> glutén  energia 321 kcal szénhidr. 36,6g fehérje 9,1 g zsír ZS77 g zsír 2,5 g só 1,1 g
<b>Ebéd</b>	Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Reszelttészta leves Székelykáposzta  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 692 kcal szénhidr.63,4 g fehérje 18,6 g cukor 0 g zsír 22,3 g só 1,2 g	Zöldbableves Petrezselymes rizs/D Cigánypecsenye Ecetes uborka Diab.nápolyi  <i>Allergének:</i> glutén, tojások  energia 539 kcal szénhidr. 65,9g fehérje 27,2 g cukor 0g zsír 20,5 g só 0,2g	Májgal.leves Gránátos kocka/diab Csalamádé  <i>Allergének:</i> glutén, tojások  energia 633 kcal szénhidr. 72,9g fehérje 14,3 g cukor 0 g zsír 23 g só 0,1 g	Abc.tészta leves Burgonya 20dkg Sültésirkecomb/felső/ Gyümölcsmártás DIAB  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 685 kcal szénhidr.64,9 g fehérje 36,3 g cukor 0g zsír 29,4 g só 0g	Karfiolleves Pároltrizs Zöldfűszeres hal csőbensütve  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 600 kcal szénhidr.49,4g fehérje 36,6 g cukor 0g zsír 27,8 g só0,4 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. H.husleves /A Finomfőzelék Köménnyessült  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 965 kcal szénhidr. 64,3g fehérje 38,6 g cukor 0g zsír 33,8 g só 0,8g	Zöldborsóleves Pároltrizs Sertéspörkölt Káposztasaláta DIAB.  <i>Allergének:</i> glutén, tojások  energia 669 kcal szénhidr. 62,8g fehérje 11,1 g cukor: 0,1g zsír 21,4 g só 0,2g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Uzsonna</b>	<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. Narancs,mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 130 kcal szénhidr.21,2 g fehérje 5 g cukor 0 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>	<p>Kivi Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Alma 15 dkg</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 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. Narancs,mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 130 kcal szénhidr.21,2g fehérje5 g zsír ZSU7 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>
<b>Vacsora</b>	<p>Tej Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csem.rúd 5 dkg Póréhagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 371 kcal szénhidr.42,4 g fehérje18,6 g cukor 0 g zsír 11,1 g só 1,2 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Párizsi5dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Lilahagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab</p> <p>energia 352 kcal szénhidr.29,6g fehérje 15 g cukor0 g zsír 16,8 g só 2,1 g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zalai fv.5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 492 kcal szénhidr.40,6g fehérje24,1 g cukor0 g zsír 20,3 g só1,1 g</p>	<p>Tea diab Natur yoghurt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Főtt tojás Lilahagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 318 kcal szénhidr. 38,3g fehérje21,2 g cukor 0 g zsír 14,1 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Retek Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 553 kcal szénhidr.58,3g fehérje33 g cukor 0g zsír 14,2 g só 1,6g</p>	<p>Tej 2dl Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Újhagyma</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>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>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!