

# ÉTLAP

2019.JÚNIUS 10-16

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Reggeli</b>	Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Medve sajt  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 417 kcal szénhidr.39,9g fehérje 20 g cukor 0 g zsír 16,6 g só 1,1 g	Kakaó DIAB Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Medve sajt  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 478 kcal szénhidr.46,5g fehérje 24 g cukor 0g zsír 13,7 g só 1,1g	Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Hajdú sajtkrém  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 392 kcal szénhidr.42,9 g fehérje 20,8 g cukor 0 g zsír 12,3 g só 1,5g	Tejeskávé diab Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virsli  <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej  energia 385 kcal szénhidr. 40,3g fehérje17 g cukor 0,5 g zsír 7,5 g só 1,4 g	Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Medve sajt  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 523 kcal szénhidr.46,5g fehérje 24 g cukor 0g zsír 18,7 g só 1,1g	Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Zalai zdk  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 371 kcal szénhidr.39,6 g fehérje 20,5 g cukor 0g zsír 11,3 g só 1,1g	Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Tavaszi felvágott  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 510 kcal szénhidr. 39,5g fehérje 21,8 g cukor 0g zsír 19,4 g só 1,1g
<b>Tízórai</b>	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 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 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	Natur yoghurt Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 123 kcal szénhidr.21,6 g fehérje 9,5 g cukor 0 g zsír 8,1 g só 0,6 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Diab jam  <i>Allergének:</i> glutén  energia 321 kcal szénhidr. 36,6g fehérje 9,1 g zsír ZST7 g zsír 2,5 g só 1,1 g
<b>Ebéd</b>	Fokhagymakrémleves Pároltrizs Rántottszelet Csalamádé  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 1045 kcal szénhidr.80,3 g fehérje 36,5 g cukor 0 g zsír 57,9 g só 0,6 g	Abc.tészta leves Pincepörkölt Saláta DIAB  <i>Allergének:</i> glutén, tojások  energia 648 kcal szénhidr. 71,4g fehérje 11,3 g cukor 0,2g zsír 21,6 g só 0,2g	Zöldbableves Tonhalas paradicsomos penne/D  <i>Allergének:</i> glutén, tojások  energia 315 kcal szénhidr. 59,1g fehérje 23,2 g cukor 2,5 g zsír 13,5 g só 0 g	Húsleves Burgonya 20dkg Főthús Gyümölcsmártás DIAB  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 517 kcal szénhidr.70,4 g fehérje 12,4 g cukor 0g zsír 5,8 g só 0,2g	Zellerkrémleves Pároltrizs Rántott hal sajtos  <i>Allergének:</i> zeller  energia 696 kcal szénhidr.38,8g fehérje 4 g cukor 0g zsír 56 g só0 g	Köményleves Tejfölös burg.főz./di Sülthús  <i>Allergének:</i> glutén  energia 876 kcal szénhidr. 73,4g fehérje 13,1 g cukor 0,2g zsír 31,6 g só 0,2g	Csontleves Petrezselymes rizs/D Sültcsirkecomb/felső/ Ecetes uborka Diab.nápolyi  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 745 kcal szénhidr. 65,6g fehérje 33,3 g cukor: 0g zsír 26,3 g só 0g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

# ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Uzsonna</b>	<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 Barack</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 240 kcal szénhidr.21,4 g fehérje 3,4 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 zsemle 1db Narancs,mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 168 kcal szénhidr.31,6 g fehérje 5,9 g cukor 0 g zsír 2,2 g só 1,2 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Barack</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 240 kcal szénhidr.21,4 g fehérje 3,4 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>
<b>Vacsora</b>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 489 kcal szénhidr.44,2 g fehérje23,5 g cukor 0 g zsír 18,6 g só 1,1 g</p>	<p>Tea diab Gombásfelvágott Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 419 kcal szénhidr.33,4g fehérje 15,8 g cukor0 g zsír 8,1 g só 2,2 g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csem.rúd 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 326 kcal szénhidr.40,6g fehérje17,4 g cukor0 g zsír 5,4 g só1,2 g</p>	<p>Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú körözött Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 361 kcal szénhidr. 34,5g fehérje15,8 g cukor 0 g zsír 6,4 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Főtt tojás Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 486 kcal szénhidr.42,9g fehérje22 g cukor 0g zsír 15,3 g só 1,1g</p>	<p>Tea Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Újhagyma Kefires turó</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 442 kcal szénhidr.42,1g fehérje20,9 g cukor 10g zsír 7,8 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Trapista sajt 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 555 kcal szénhidr. 41,1g fehérje30,2 g cukor 0g zsír 24,4 g só 2,3g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!