

2019.JÚNIUS 17-23

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 408 kcal szénhidr.39,7g fehérje 21,2 g cukor 0 g zsír 15,1 g só 1,1 g	Kakaó DIAB Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Hajdú sajtkrém <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 498 kcal szénhidr.49,5g fehérje 24,8 g cukor 0g zsír 14,5 g só 1,5g	Tea diab Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virslis <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab energia 225 kcal szénhidr.29,7 g fehérje 10,2 g cukor 0,5 g zsír 4,5 g só 1,4g	Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Csem.rúd 5 dkg <i>Allergének:</i> glutén energia 246 kcal szénhidr. 29,2g fehérje10,1 g cukor 0 g zsír 7,4 g só 1,2 g	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	Tej 2dl Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 340 kcal szénhidr.39,4 g fehérje 15,8 g cukor 0g zsír 10,3 g só 1,1g	Tejeskávé diab Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Hajdú körözött <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 443 kcal szénhidr. 41,9g fehérje 21,8 g cukor 0g zsír 9,2 g só 1,1g
Tízórai	Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 135 kcal szénhidr.24,8 g fehérje 5,4 g cukor 0 g zsír 2,2 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. Medve sajt <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 272 kcal szénhidr.29,3 g fehérje 13,2 g cukor 0 g zsír 8,6 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 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 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. 36,6g fehérje 9,1 g zsír ZST7 g zsír 2,5 g só 1,1 g
Ebéd	H.husleves /A Töltőtpaprika diab Burgonya 10 dkg <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 676 kcal szénhidr.64,3 g fehérje 12,3 g cukor 2,5 g zsír 20,7 g só 0,2 g	Zöldborsóleves Orsótészta diab. Gombapaprikás (tejf.) <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 557 kcal szénhidr. 72,1g fehérje 16,2 g cukor 0,1g zsír 18,6 g só 0g	Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Tárkonyos zöldségleves Zöldbabfőzelék Sertéspörkölt <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 671 kcal szénhidr. 53,3g fehérje 16 g cukor 0,1 g zsír 28,3 g só 1,3 g	Daragal.leves Tarhonyáshús/DIAB Káposztasaláta DIAB. <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 650 kcal szénhidr.65,5 g fehérje 15,5 g cukor 0,2g zsír 17 g só 0,2g	Karalábéleves Savanyú burgonyafőzelék DIAB Leccsókolbász /A <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tojások energia 723 kcal szénhidr.57,5g fehérje 24,5 g cukor 0,2g zsír 39,8 g só2,7 g	Vegyes zöldségleves Túrós tészta diab Diab.nápolyi <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 849 kcal szénhidr. 71,4g fehérje 24,9 g cukor 0g zsír 41,6 g só 1,5g	Kertészleves/A Petrezselymes burgonya/D Stef.vagdalt Céklasavanyuság <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 730 kcal szénhidr. 65g fehérje 13 g cukor: 0g zsír 21 g só 0,1g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	<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 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 1sz. Narancs,mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 228 kcal szénhidr.35,6 g fehérje 9,5 g cukor 0 g zsír 2,3 g só 1,1 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Alma 16 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 117 kcal szénhidr.23,6 g fehérje 3,3 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 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>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 3dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Paradicsom Soproni felvágott 5 dkg <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 595 kcal szénhidr.48,4 g fehérje26 g cukor 0 g zsír 23,5 g só 2,1 g</p>	<p>Tea diab Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Újhagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 364 kcal szénhidr.32,7g fehérje 16,2 g cukor0 g zsír 15,6 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 3dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Paradicsom Trapista sajt 5 dkg <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 658 kcal szénhidr.48,7g fehérje33,9 g cukor0 g zsír 26 g só2,3 g</p>	<p>Tej 3dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Újhagyma Kefires turó</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 552 kcal szénhidr. 48g fehérje31,1 g cukor 0 g zsír 12,3 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Natur joghurt S.m. kockasajt natúr Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Paradicsom <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 505 kcal szénhidr.52,3g fehérje27,6 g cukor 0g zsír 18,7 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Gépsonka/5 dkg Margarin,mini Teljeskiőrlésű zsemle 1db Kígyó uborka üvegházi <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 360 kcal szénhidr.35,6g fehérje23,5 g cukor 0g zsír 13,7 g só 3g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zalai fv.5 dkg Zöldpaprika <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 409 kcal szénhidr. 30,6g fehérje17,4 g cukor 0g zsír 17,4 g só 1,1g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!