

2019.JÚNIUS 24-30

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 340 kcal szénhidr.39,4g fehérje 15,8 g cukor 0 g zsír 10,3 g só 1,1 g</p>	<p>Kakaó DIAB Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú sajtkrém</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 498 kcal szénhidr.49,5g fehérje 24,8 g cukor 0g zsír 14,5 g só 1,5g</p>	<p>Tejeskávé diab Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Főtt tojás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 423 kcal szénhidr.39,7 g fehérje 21,2 g cukor 0 g zsír 10,1 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 fehérje17 g cukor 0,5 g zsír 7,5 g só 1,4 g</p>	<p>Tejeskávé diab Margarin,mini S.m. kockasajt natúr Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 477 kcal szénhidr.39,9g fehérje 20 g cukor 0g zsír 16,6 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 466 kcal szénhidr.47,2 g fehérje 15,9 g cukor 0g zsír 10,5 g só 1,1g</p>	<p>Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Medve sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 477 kcal szénhidr. 39,9g fehérje 20 g cukor 0g zsír 16,6 g só 1,1g</p>
Tízórai	<p>S.m. kockasajt natúr Teljeskiőrlésű zsemle 1db</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 kenyér 1/2 sz. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 224 kcal szénhidr.22,2 g fehérje 4,6 g cukor 0 g zsír 1,4 g só 0,5 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 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 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 kenyér 1sz. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 321 kcal szénhidr. 36,6g fehérje 9,1 g zsír ZS77 g zsír 2,5 g só 1,1 g</p>
Ebéd	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Reszelttésztalesves Székelykáposzta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 692 kcal szénhidr.63,4 g fehérje 18,6 g cukor 0 g zsír 22,3 g só 1,2 g</p>	<p>Zöldségleves Rizi-bizi DIAB Reszeltmáj / Csirkemáj Saláta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 847 kcal szénhidr. 89,6g fehérje 12,8 g cukor 20,2g zsír 32,3 g só 0,1g</p>	<p>Frankfurtiléves Gránátos kocka/diab Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások</p> <p>energia 635 kcal szénhidr. 70,3g fehérje 15,9 g cukor 0 g zsír 13,3 g só 0,1 g</p>	<p>Abc.tészta leves Sültcsirkecomb/felső/ Céklasavanyúság Burgonyapüre Knorr</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 639 kcal szénhidr.9 g fehérje 28 g cukor 2,3g zsír 33,2 g só 1,3g</p>	<p>Karfiolleves Pároltrizs Majonézeshal</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 1111 kcal szénhidr.49,4g fehérje 36,1 g cukor 0g zsír 19,8 g só0,3 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. H.husleves /A Finomfőzelék Köménnyessült</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 965 kcal szénhidr. 64,3g fehérje 38,6 g cukor 0g zsír 33,8 g só 0,8g</p>	<p>Zöldborsóleves Pároltrizs Sertéstokány Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 523 kcal szénhidr. 53g fehérje 9,7 g cukor: 0,1g zsír 23,3 g só 0,2g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	<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. 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 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 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 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. 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>
Vacsora	<p>Tej 3dl Májkrém Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Lilahagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 559 kcal szénhidr.48,6 g fehérje26,4 g cukor 0 g zsír 25,1 g só 1,1 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csem.rúd 5 dkg Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 324 kcal szénhidr.32,4g fehérje 10,9 g cukor0 g zsír 7,5 g só 1,2 g</p>	<p>Tea diab Natur yoghurt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Trapista sajt 5 dkg Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 483 kcal szénhidr.40,3g fehérje30,3 g cukor0 g zsír 23,5 g só2,3 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 cukor 0 g zsír 20,3 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 3dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Körözött Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 558 kcal szénhidr.51,5g fehérje32,2 g cukor 0g zsír 14,6 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Sajtospárizsi 5 dkg Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 492 kcal szénhidr.41g fehérje22,4 g cukor 0g zsír 11,4 g só 1,1g</p>	<p>Tej 3dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Pizza sonka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 415 kcal szénhidr. 45,6g fehérje19,7 g cukor 0g zsír 11,9 g só 1,1g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!