

2019.JÚLIUS 1-7

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	<p>Tej 2dl Májkrem Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 464 kcal szénhidr.43,3g fehérje 23 g cukor 0 g zsír 18,6 g só 1,1 g</p>	<p>Kakaó DIAB Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 446 kcal szénhidr.46g fehérje 19,8 g cukor 0g zsír 12,5 g só 1,1g</p>	<p>Tejeskávé diab Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Virsli</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 385 kcal szénhidr.40,3 g fehérje 17 g cukor 0,5 g zsír 7,5 g só 1,4g</p>	<p>Tej Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Körözött</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 456 kcal szénhidr. 45,6g fehérje29,7 g cukor 0 g zsír 13,7 g só 1,1 g</p>	<p>Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Edámi sajt 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 581 kcal szénhidr.40,3g fehérje 28,9 g cukor 0g zsír 23,6 g só 2,1g</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>Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Pizza sonka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 365 kcal szénhidr. 40,3g fehérje 16,3 g cukor 0g zsír 10,4 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 fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 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 ZST7 g zsír 2,5 g só 1,1 g</p>
Ebéd	<p>Vegyes zöldségleves Rakott zöldbab</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 516 kcal szénhidr.52 g fehérje 11,1 g cukor 0,1 g zsír 21,1 g só 0,2 g</p>	<p>Fokhagymakrémleves Galuska /A Sertéspörkölt Csalamádé</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 653 kcal szénhidr. 77,6g fehérje 20,1 g cukor 0,1g zsír 21,4 g só 0,2g</p>	<p>Csontleves Spagett,makaróni DIAB Vadas/Diab</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej, tojások</p> <p>energia 839 kcal szénhidr. 68,6g fehérje 35,5 g cukor 0,4 g zsír 28,2 g só 0,4 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Csurgatott tésztalesves Zöldborsófőzelék Virsli</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások</p> <p>energia 719 kcal szénhidr.51,9 g fehérje 15,8 g cukor 0g zsír 22,3 g só 0,8g</p>	<p>Húsgombócleves Túrós tészta diab</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 912 kcal szénhidr.61,5g fehérje 27,1 g cukor 0g zsír 46,7 g só1,7 g</p>	<p>Tojásleves Savanyú burgonyafőzelék DIAB Köményessült</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 786 kcal szénhidr. 64,4g fehérje 35,7 g cukor 0,2g zsír 39,9 g só 0,3g</p>	<p>Paradicsomleves /Diab. Pároltrisz Sültcsirkecomb/felső/ Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 654 kcal szénhidr. 56,2g fehérje 34,9 g cukor: 1,8g zsír 27,5 g só 0g</p>

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 kenyér 1/2 sz. Barack</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 270 kcal szénhidr.23,4 g fehérje 5,2 g cukor 0 g zsír 1,2 g só 0,5 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 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 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. 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-2.5dl Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 392 kcal szénhidr.43,6 g fehérje18,1 g cukor 0 g zsír 9,5 g só 1,1 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Paradicsom Zalai fv.5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 444 kcal szénhidr.32,3g fehérje 17,6 g cukor0 g zsír 17,4 g só 1,1 g</p>	<p>Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás Medve sajt Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 383 kcal szénhidr.31,1g fehérje19,2 g cukor0 g zsír 13,5 g só1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Paradicsom Tavaszi felvágott</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 527 kcal szénhidr. 42,7g fehérje22,6 g cukor 0 g zsír 19,6 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Hajdú sajtkrém Kefir Kígyó uborka üvegházi</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 458 kcal szénhidr.47,5g fehérje24,2 g cukor 0g zsír 15,9 g só 1,8g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Paradicsom Sajtpárizsi 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 427 kcal szénhidr.32,1g fehérje15,8 g cukor 0g zsír 8,4 g só 1,1g</p>	<p>Tej 3dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Trapista sajt 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 580 kcal szénhidr. 45,5g fehérje33,1 g cukor 0g zsír 25,9 g só 2,3g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!