

ÉTLAP

2019.JÚLIUS 8-14

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Medve sajt <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 317 kcal szénhidr.29,3g fehéjje 13,2 g cukor 0 g zsír 13,6 g só 1,1 g	Tej 2dl Gépsonka/5 dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. margarin <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej energia 448 kcal szénhidr.39,7g fehéjje 27,2 g cukor 0g zsír 17,3 g só 2,8g	Tejeskávé diab Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virslí <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej energia 385 kcal szénhidr.40,3 g fehéjje 17 g cukor 0,5 g zsír 7,5 g só 1,4g	Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Hajdú sajtkrém <i>Allergének:</i> glutén energia 292 kcal szénhidr. 32,3g fehéjje14 g cukor 0 g zsír 9,3 g só 1,5 g	Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Csem.rúd 5 dkg Paradicsom <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 484 kcal szénhidr.43g fehéjje 17,7 g cukor 0g zsír 10,5 g só 1,2g	Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab jam <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 466 kcal szénhidr.47,2 g fehéjje 15,9 g cukor 0g zsír 10,5 g só 1,1g	Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 408 kcal szénhidr. 39,7g fehéjje 21,2 g cukor 0g zsír 15,1 g só 1,1g
Tízórai	Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 321 kcal szénhidr.36,6 g fehéjje 9,1 g cukor 0 g zsír 2,5 g só 1,1 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 321 kcal szénhidr.36,6 g fehéjje 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 fehéjje 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 fehéjje 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 fehéjje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Kefír <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 201 kcal szénhidr.29,4 g fehéjje 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. 32,6g fehéjje 5,5 g zsír ZST7 g zsír 2,4 g só 1,2 g
Ebéd	Főtt tojás Karálbéleves Burgonya 20dkg Sóskamártás <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 611 kcal szénhidr.67 g fehéjje 18,9 g cukor 0 g zsír 25 g só 0 g	Gyümölcsleves vegyes DIAB Tarhonya diab Sertéspörkölt Ecetes uborka <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 524 kcal szénhidr. 55,6g fehéjje 13,4 g cukor 0,1g zsír 20,1 g só 0,2g	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Daragal.leves Rakottkel <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 681 kcal szénhidr. 55,9g fehéjje 17,8 g cukor 0,1 g zsír 19,6 g só 0,7 g	Csirkeleves Gránátos kocka/diab Saláta DIAB <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 741 kcal szénhidr.71,7 g fehéjje 12,6 g cukor 0g zsír 20,4 g só 0g	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Zöldségleves Brokkoli főzelék Sült csirkefalatok (comb filé) <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 692 kcal szénhidr.61,7g fehéjje 11,9 g cukor 1,5g zsír 25,5 g só0,5 g	Májgal.leves Serp.burg. Diab Ecetes uborka <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tojások energia 759 kcal szénhidr. 58,8g fehéjje 21 g cukor 0,4g zsír 37,5 g só 2g	Zellerkrémleves Pároltrizs Rántott hal Céklasavanyuság <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 896 kcal szénhidr. 64g fehéjje 32,9 g cukor: 0g zsír 48,6 g só 0,4g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Kefir</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 164 kcal szénhidr.19 g fehérje 7,9 g cukor 0 g zsír 4,8 g só 0,8 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 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 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 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 Párizsi5dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 544 kcal szénhidr.47 g fehérje25,8 g cukor 0 g zsír 21,5 g só 2,1 g</p>	<p>Tej 2dl Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 542 kcal szénhidr.46,5g fehérje 23,8 g cukor0 g zsír 18,7 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Tejfőlös túró Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 460 kcal szénhidr.43,9g fehérje28,6 g cukor0 g zsír 13,4 g só1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Edámi sajt 5 dkg Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 563 kcal szénhidr. 41,8g fehérje29,5 g cukor 0 g zsír 23,8 g só 2,1 g</p>	<p>Tea diab Natur joghurt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Főtt tojás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 318 kcal szénhidr.38,3g fehérje21,2 g cukor 0g zsír 14,1 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú körözött Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 425 kcal szénhidr.43,4g fehérje22,4 g cukor 0g zsír 9,4 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Tavaszi felvágott</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 450 kcal szénhidr. 39,5g fehérje21,8 g cukor 0g zsír 19,4 g só 1,1g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!