

2019.SZEPTEMBER 2-8

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Medve sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 417 kcal szénhidr.39,9g fehérje 20 g cukor 0 g zsír 16,6 g só 1,1 g</p>	<p>Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Aszpikos pulyka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 572 kcal szénhidr.47,4g fehérje 28 g cukor 0g zsír 22,5 g só 2,2g</p>	<p>Tejeskávé diab Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virslis</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>Tejeskávé diab Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 400 kcal szénhidr. 39,4g fehérje15,8 g cukor 0 g zsír 10,3 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Hajdú körözött</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 383 kcal szénhidr.41,9g fehérje 21,8 g cukor 0g zsír 9,2 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Párizsi3dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 407 kcal szénhidr.39,9 g fehérje 19,4 g cukor 0g zsír 16 g só 1,7g</p>	<p>Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 468 kcal szénhidr. 39,7g fehérje 21,2 g cukor 0g zsír 15,1 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 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 1SZ. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 321 kcal szénhidr.36,6 g fehérje 9,1 g cukor 0 g zsír 2,5 g só 1,1 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 1/2 sz. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 224 kcal szénhidr. 22,2g fehérje 4,6 g zsír ZST7 g zsír 1,4 g só 0,5 g</p>
Ebéd	<p>Főtt tojás Rizsleves Burgonya 20dkg Sóskamártás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 646 kcal szénhidr.73,1 g fehérje 19,2 g cukor 0 g zsír 24,8 g só 0 g</p>	<p>H.husleves /A Tarhonya diab Sertéspörkölt Csalamádé</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 712 kcal szénhidr. 56g fehérje 13,8 g cukor 0,1g zsír 25,3 g só 0,2g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Daragal.leves Toros káposzta</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 545 kcal szénhidr. 45,9g fehérje 15,6 g cukor 1,1 g zsír 17,2 g só 1,3 g</p>	<p>Raguleves/A Gránátos kocka/diab Csalamádé</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 713 kcal szénhidr.69,6 g fehérje 14,6 g cukor 0g zsír 20,8 g só 0,1g</p>	<p>Diab.almakompót Zöldségleves Burg.hab 30dk Sülthús</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 538 kcal szénhidr.72,1g fehérje 11,4 g cukor 0g zsír 14,7 g só0,2 g</p>	<p>Májgal.leves Serp.burg. Diab Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tojások</p> <p>energia 759 kcal szénhidr. 58,8g fehérje 21 g cukor 0,4g zsír 37,5 g só 2g</p>	<p>Tavaszi leves Pároltrisz Rántott hal Céklasavanyuság</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 1098 kcal szénhidr. 83,4g fehérje 37,5 g cukor: 0g zsír 59,2 g só 0,4g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

	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 zsemle 1db Alma 15 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 181 kcal szénhidr.35,3 g fehérje 6 g cukor 0 g zsír 2,2 g só 1,2 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>Májkrém Teljeskiőrlésű zsemle 1db</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 304 kcal szénhidr.28,7 g fehérje 12,6 g cukor 0 g zsír 15,4 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 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>Tea diab Gépsonka/5 dkg Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab</p> <p>energia 362 kcal szénhidr.30,5 g fehérje20,9 g cukor 0 g zsír 11 g só 2,8 g</p>	<p>Tej 2dl Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Paradicsom/sim</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 464 kcal szénhidr.43,3g fehérje 23 g cukor0 g zsír 18,6 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Tejfőlös túró Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Paradicsom/sim</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 435 kcal szénhidr.43,1g fehérje28,1 g cukor0 g zsír 13,4 g só1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zalai fv.5 dkg Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 509 kcal szénhidr. 41,2g fehérje24,2 g cukor 0 g zsír 20,4 g só 1,1 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csem.rúd 5 dkg Paradicsom/sim</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 246 kcal szénhidr.29,2g fehérje10,1 g cukor 0g zsír 7,4 g só 1,2g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Soproni felvágott 5 dkg Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 510 kcal szénhidr.41,4g fehérje22,4 g cukor 0g zsír 22 g só 2,1 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Lilahagyma Tavaszi felvágott</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 350 kcal szénhidr. 28,9g fehérje15 g cukor 0g zsír 16,4 g só 1,1g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!