

2019.SZEPTEMBER 9-15

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Medve sajt <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 442 kcal szénhidr.40,8g fehérje 20,5 g cukor 0 g zsír 16,6 g só 1,1 g</p>	<p>Kakaó DIAB Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab jam <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 527 kcal szénhidr.53,8g fehérje 19,9 g cukor 0g zsír 7,7 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Trapista sajt 5 dkg <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 530 kcal szénhidr.40,2 g fehérje 29,7 g cukor 0 g zsír 24,4 g só 2,3g</p>	<p>Tej 2dl Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virsli <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>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Hajdú körözött <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>Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Edámi sajt 3 dk <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 554 kcal szénhidr.46,5 g fehérje 27,7 g cukor 0g zsír 20,5 g só 1,7g</p>	<p>Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás <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 <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 <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 zsemle 1/2 db Diab jam <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 194 kcal szénhidr.20,2 g fehérje 2,8 g cukor 0 g zsír 1,3 g só 0,6 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam <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 <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 <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 <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>Tarhonyaleves Savanyú burgonyafőzelék DIAB Teflonszelet <i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 651 kcal szénhidr.64,8 g fehérje 30,3 g cukor 0,2 g zsír 27,1 g só 0,3 g</p>	<p>Karfiolkrémleves Tarhonya diab Borsos tokány Ecetes uborka <i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 495 kcal szénhidr. 48,3g fehérje 11,9 g cukor 0g zsír 18,9 g só 0,2g</p>	<p>Abc.tészta leves Carbonara spagetti <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 765 kcal szénhidr. 80,6g fehérje 25,9 g cukor 0 g zsír 32,4 g só 0,6 g</p>	<p>H.husleves /A Zöldborsó főzelék /A Vagdalt <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 735 kcal szénhidr.66,6 g fehérje 21,2 g cukor 0g zsír 24,3 g só 0,3g</p>	<p>Vegyes zöldségleves Francia rakottburg. /D Ecetes uborka <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 811 kcal szénhidr.71,8g fehérje 27,2 g cukor 0g zsír 37,2 g só0,7 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Köményleves Zöldbabfőzelék Virsli <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 577 kcal szénhidr. 65,1g fehérje 16,8 g cukor 0g zsír 21,5 g só 1,3g</p>	<p>Csontleves Pároltrizs Gombás Szelet <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 756 kcal szénhidr. 50,2g fehérje 27,2 g cukor: 0,1g zsír 29,6 g só 0,3g</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 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 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 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 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Sajtos párizsi</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 450 kcal szénhidr.39,5 g fehérje21,8 g cukor 0 g zsír 11,2 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Gombásfelvágott Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 483 kcal szénhidr.42,3g fehérje 22,4 g cukor0 g zsír 11,1 g só 2,2 g</p>	<p>Tea diab Kígyó uborka Natur yoghurt Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 275 kcal szénhidr.38,9g fehérje16,3 g cukor0 g zsír 9,4 g só1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Padlizsánkrém Paradicsom/sim</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 354 kcal szénhidr. 42g fehérje16,9 g cukor 0,5 g zsír 8,5 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csem.rúd 5 dkg Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 388 kcal szénhidr.41,3g fehérje17,5 g cukor 0g zsír 10,5 g só 1,2g</p>	<p>Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Körözött Lilahagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 331 kcal szénhidr.32,4g fehérje21,2 g cukor 0g zsír 10 g só 1,1g</p>	<p>Tej 3dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zalai fv.5 dkg Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 559 kcal szénhidr. 46,5g fehérje27,6 g cukor 0g zsír 21,9 g só 1,1g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!