

2019.SZEPTEMBER 16-22

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Medve sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 372 kcal szénhidr.39,9g fehérje 20 g cukor 0 g zsír 11,6 g só 1,1 g</p>	<p>Kakaó DIAB Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab jam</p> <p><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 Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virslis</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 325 kcal szénhidr.40,3 g fehérje 17 g cukor 0,5 g zsír 7,5 g só 1,4g</p>	<p>Tejeskávé diab Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Hajdú sajtkrém</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 452 kcal szénhidr. 42,9g fehérje20,8 g cukor 0 g zsír 12,3 g só 1,5 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 408 kcal szénhidr.39,7g fehérje 21,2 g cukor 0g zsír 15,1 g só 1,1g</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.40,3 g fehérje 28,9 g cukor 0g zsír 23,6 g só 2,1g</p>	<p>Tej Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Aszpikos pulyka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 492 kcal szénhidr. 43,4g fehérje 25,7 g cukor 0g zsír 21,1 g só 2,2g</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 Medve sajt</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 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 1/2 db Diab jam</p> <p><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</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. 36,6g fehérje 9,1 g zsír ZST7 g zsír 2,5 g só 1,1 g</p>
Ebéd	<p>Raguleves Káposztás kocka/D</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 1106 kcal szénhidr.74,1 g fehérje 17,4 g cukor 0 g zsír 33,4 g só 0,1 g</p>	<p>Főtt tojás Rizsleves Spenót Burgonya 10 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 612 kcal szénhidr. 64,5g fehérje 18,9 g cukor 0g zsír 21,1 g só 0g</p>	<p>Reszelttésztalesves Szarvacskas tészta/Di Paprikás csirke</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 701 kcal szénhidr. 74,8g fehérje 18,3 g cukor 0,1 g zsír 30,8 g só 0 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Zöldségleves Finomfőzelék Sült oldalas</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller</p> <p>energia 915 kcal szénhidr.64,2 g fehérje 33,5 g cukor 0,2g zsír 43,5 g só 0,6g</p>	<p>Zellerkrémleves Petrezselymes rizs Reszeltmáj / Csirkemáj Csalamádé</p> <p><i>Allergének:</i> zeller</p> <p>energia 690 kcal szénhidr.81,6g fehérje 11,9 g cukor 0,2g zsír 26,9 g só0,1 g</p>	<p>Tejfölös karfiolleves Pesti paprikás Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások</p> <p>energia 758 kcal szénhidr. 75,7g fehérje 19,7 g cukor 0,4g zsír 30,2 g só 1,5g</p>	<p>Daragal.leves Tarhonya diab Ragu Céklasavanyuság</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 500 kcal szénhidr. 49,2g fehérje 11,7 g cukor: 0g zsír 20,3 g só 0,2g</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 kenyér 1/2 sz. Alma 15 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 144 kcal szénhidr.24,9 g fehérje 5,1 g cukor 0 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Körte</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 119 kcal szénhidr.24,4 g fehérje 3,1 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 Gépsonka/5 dkg Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 462 kcal szénhidr.41,1 g fehérje27,7 g cukor 0 g zsír 14 g só 2,8 g</p>	<p>Tea diab Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 406 kcal szénhidr.34,2g fehérje 16,8 g cukor0 g zsír 15,7 g só 1,1 g</p>	<p>Tea diab Kígyó uborka Tejfölös túró Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 360 kcal szénhidr.33,3g fehérje21,8 g cukor0 g zsír 10,4 g só1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Párizsi5dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Paradicsom/sim</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 452 kcal szénhidr. 40,2g fehérje21,8 g cukor 0 g zsír 19,8 g só 2,1 g</p>	<p>Tea diab Gombásfelvágott Natur yoghurt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 429 kcal szénhidr.42,6g fehérje22,6 g cukor 0g zsír 10,1 g só 2,2g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zalai fv.5 dkg Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 409 kcal szénhidr.30,6g fehérje17,4 g cukor 0g zsír 17,4 g só 1,1g</p>	<p>Tej Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú körözött</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 478 kcal szénhidr. 45,4g fehérje24 g cukor 0g zsír 15 g só 1,1g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!