

2019.OKTÓBER 21-27

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 468 kcal szénhidr.39,7g fehérje 21,2 g cukor 0 g zsír 15,1 g só 1,1 g	Tej 2dl Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 464 kcal szénhidr.43,3g fehérje 23 g cukor 0g zsír 18,6 g só 1,1g	Tejeskávé diab S.m. kockasajt natúr Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 373 kcal szénhidr.35,9g fehérje 16,4 g cukor 0g zsír 11,4 g só 1,2g	Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 SZ. Körözött <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 528 kcal szénhidr.57,4g fehérje 32,5 g cukor 0 g zsír 14,1 g só 1,6 g	Kakaó DIAB Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 446 kcal szénhidr.46g fehérje 19,8 g cukor 0g zsír 12,5 g só 1,1g	Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Medve sajt <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 372 kcal szénhidr.39,9 g fehérje 20 g cukor 0g zsír 11,6 g só 1,1g	Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 SZ. <i>Allergének:</i> glutén energia 413 kcal szénhidr.43,4g fehérje 18,2 g cukor 0g zsír 14,4 g só 1,6g
Tízórai	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 321 kcal szénhidr.36,6 g fehérje 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 fehérje 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 fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 194 kcal szénhidr.20,2 g fehérje 2,8 g cukor 0 g zsír 1,3 g só 0,6 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 SZ. Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 224 kcal szénhidr. 22,2g fehérje 4,6 g zsír ZST7 g zsír 1,4 g só 0,5 g
Ebéd	Tárkonyos raguleves Túrós tészta diab <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 990 kcal szénhidr.58,3 g fehérje 27,1 g cukor 0 g zsír 44,3 g só 1,6 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Vegyes zöldségleves Zöldbabfőzelék Lecsókolbász /A <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások energia 788 kcal szénhidr.51,8g fehérje 30 g cukor 0g zsír 40,4 g só 3,7g	Csontleves Spagett,makaróni DIAB Vadas/Diab <i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej, tojások energia 839 kcal szénhidr.68,6g fehérje 35,5g cukor 0,4g zsír 28,2g só 0,4g	Csurgatott tésztaleves Rakottkáposzta <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 580 kcal szénhidr.47,9g fehérje 12 g cukor 0,1g zsír 25,4 g só 0,2g	Köményleves Tavaszi rizshús diab Káposztasaláta DIAB. <i>Allergének:</i> glutén energia 846 kcal szénhidr.83g fehérje 14,6 g cukor 0,2g zsír 27,7 g só 0,2 g	Karalábéleves Savanyú burgonyafőzelék DIAB Ragu <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 538 kcal szénhidr. 57,7g fehérje 9,9 g cukor 0,2g zsír 25,5 g só 0,2g	Gombaleves /A Pároltrisz Töltöttcsirke / felsőcomb/ Céklasavanyuság <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 763 kcal szénhidr.66,1 g fehérje 34,1 g cukor:0g zsír 29,6 g só 0g

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 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 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 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 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. Körte</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 149 kcal szénhidr.26,4g fehérje4,9 g zsír ZSU7 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>
Vacsora	<p>Tej 2dl Retek Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú sajtkrém Kefir</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 483kcal szénhidr.48,4 g fehérje24,7 g cukor 0 g zsír 16 g só 1,8 g</p>	<p>Tej Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Trapista sajt 5 dkg Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 597 kcal szénhidr.44,4g fehérje 32 g cukor 0 g zsír 25,3 g só 2,3 g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Párizsi 5dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 477 kcal szénhidr.41,1g fehérje22,3 g cukor 0 g zsír 19,9 g só 2,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Lilahagyma Tavaszi felvágott</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 450 kcal szénhidr.39,5g fehérje21,8 g cukor 0 g zsír 19,4 g só 1,1 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Újhagyma Zalai fv.5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 367 kcal szénhidr.29,1g fehérje16,8 g cukor 0g zsír 17,3 g só 1,1g</p>	<p>Tej 3dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Póréhagyma Soproni felvágott 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 518 kcal szénhidr.45,2g fehérje25,2 g cukor 0g zsír 23,3 g só 2,1g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 560 kcal szénhidr.45,6g fehérje27,2 g cukor 0g zsír 21,9 g só 2,6g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!