

2019.NOVEMBER 18-24

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	<p>Tejeskávé diab Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 355 kcal szénhidr.39,4g fehérje 15,8 g cukor 0 g zsír 5,3 g só 1,1 g</p>	<p>Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 572 kcal szénhidr.53,8g fehérje 19,9 g cukor 0g zsír 12,7 g só 1,1g</p>	<p>Tejeskávé diab Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Medve sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 432 kcal szénhidr.39,9 g fehérje 20 g cukor 0 g zsír 11,6 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virsló6dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 317 kcal szénhidr. 40,3g fehérje16,5 g cukor 0,5 g zsír 6,8 g só 1,3 g</p>	<p>Tejeskávé diab Retek kg Tejfölös túró Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 495 kcal szénhidr.43,1g fehérje 28,1 g cukor 0g zsír 13,4 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Hajdú sajtkrém</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 392 kcal szénhidr.42,9 g fehérje 20,8 g cukor 0g zsír 12,3 g só 1,5g</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>
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 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>Margarin,mini Teljeskiőrlésű zsemle 1db</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 180 kcal szénhidr.24,8 g fehérje 5,4 g cukor 0 g zsír 7,2 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 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>Paradicsomleves /Diab. Petrezselymes burgonya/D Stef.vagdalt Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 535 kcal szénhidr.63,9 g fehérje 12,6 g cukor 1,8 g zsír 18,9 g só 0,1 g</p>	<p>Gombaleves /A Túrós tészta diab</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 854 kcal szénhidr. 60,9g fehérje 25,7 g cukor 0g zsír 41,9 g só 1,5g</p>	<p>Diab jam Abc.tészta leves Rizsfelfújt Diab.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 616 kcal szénhidr. 64,7g fehérje 13,2 g cukor 0 g zsír 21,8 g só 0 g</p>	<p>Tavaszi leves Rakott tök</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 691 kcal szénhidr.66,2 g fehérje 14,2 g cukor 0,1g zsír 26 g só 0,1g</p>	<p>Tojásleves Pároltrizs Zöldfűszeres hal csőbensütve</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 654 kcal szénhidr.59,2g fehérje 38,7 g cukor 0g zsír 33,2 g só0,4 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Daragal.leves Zöldborsófőzelék/konz Virslí</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tojások</p> <p>energia 699 kcal szénhidr. 58,2g fehérje 18,5 g cukor 0g zsír 15,2 g só 1,3g</p>	<p>H. Marhahúsleves Pároltrizs Tejszínes hagymás csirkemell</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 669 kcal szénhidr. 54,5g fehérje 28,7 g cukor: 0g zsír 36,1 g só 0g</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 Narancs,mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 100 kcal szénhidr.19,2 g fehérje 3,2 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 Mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 68 kcal szénhidr.12,4 g fehérje 2,7 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>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Soproni felvágott Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab</p> <p>energia 410 kcal szénhidr.30,8 g fehérje15,6 g cukor 0 g zsír 19 g só 2,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csem.rúd 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 346 kcal szénhidr.39,8g fehérje 16,9 g cukor0 g zsír 10,4 g só 1,2 g</p>	<p>Tej 2dl Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Póréhagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 464 kcal szénhidr.43,3g fehérje23 g cukor0 g zsír 18,6 g só1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Medve sajt Zalai fv.5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 524 kcal szénhidr. 41,1g fehérje28,3 g cukor 0 g zsír 21,6 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Natur joghurt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Edámi sajt 3 dk</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 459 kcal szénhidr.49,2g fehérje30,5 g cukor 0g zsír 20,3 g só 1,7g</p>	<p>Tej Gépsonka/5 dkg Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Póréhagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 445 kcal szénhidr.42,3g fehérje28,8 g cukor 0g zsír 14,6 g só 2,8g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Trapista sajt 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 555 kcal szénhidr. 41,1g fehérje30,2 g cukor 0g zsír 24,4 g só 2,3g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!