

2019.DECEMBER 16-22

| Diabetes 200CH | HÉTFŐ | KEDD | SZERDA | CSÜTÖRTÖK | PÉNTEK | SZOMBAT | VASÁRNAP |
|-------------------|---|--|---|--|---|--|--|
| Reggeli | <p>Tej 2dl Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 464 kcal szénhidr.43,3g fehérje 23 g cukor 0 g zsír 18,6 g só 1,1 g</p> | <p>Kakaó DIAB Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Medve sajt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 478 kcal szénhidr.46,5g fehérje 24 g cukor 0g zsír 13,7 g só 1,1g</p> | <p>Tej 2dl Gépsonka/3 dkg Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 388 kcal szénhidr.39,6 g fehérje 22,6 g cukor 0 g zsír 12,4 g só 2,1g</p> | <p>Tejeskávé diab Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Körözött</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 588 kcal szénhidr. 57,4g fehérje32,5 g cukor 0 g zsír 14,1 g só 1,6 g</p> | <p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Edámi sajt 3 dk</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 449 kcal szénhidr.40g fehérje 23,7 g cukor 0g zsír 18,3 g só 1,7g</p> | <p>Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Gombásfelvágott 3 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 507 kcal szénhidr.46,8 g fehérje 23,4 g cukor 0g zsír 12,9 g só 1,7g</p> | <p>Tejeskávé diab Teffölös 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> |
| 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 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 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 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>Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Vegyes zöldségleves Zöldbabfőzelék Sülthús</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 634 kcal szénhidr.56,8 g fehérje 16,7 g cukor 0 g zsír 26,4 g só 1,2 g</p> | <p>Köményleves Tavaszi rizshús diab Csalamádé</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 669 kcal szénhidr. 64,6g fehérje 11,1 g cukor 0,2g zsír 27,3 g só 0,2g</p> | <p>Zöldbableves Savanyú burgonyafőzelék DIAB Vagdalt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 604 kcal szénhidr. 74,8g fehérje 13,4 g cukor 0,2 g zsír 23,6 g só 0,4 g</p> | <p>Abc.tészta leves Ragu Ecetes uborka Burgonyapüre Knorr</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 457 kcal szénhidr.7,4 g fehérje 2,9 g cukor 2,3g zsír 27,2 g só 1,5g</p> | <p>Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Tojásleves Zöldborsófőzelék Virslidókg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tojások</p> <p>energia 854 kcal szénhidr.71,4g fehérje 21,1 g cukor 0g zsír 25,6 g só1,2 g</p> | <p>Diab.meggyipüre Palócleves Rizsfelfűjt Diab.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 613 kcal szénhidr. 71,9g fehérje 17,7 g cukor 0g zsír 25,9 g só 0,1g</p> | <p>Csontleves Petrezselymes rizs/D Sültcsirkecomb/felső/ Csalamádé</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 754 kcal szénhidr. 49,9g fehérje 33,6 g cukor: 0g zsír 26,3 g só 0g</p> |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

| | 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>Kivi Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 93 kcal szénhidr.18,1 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 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 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>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 437 kcal szénhidr.53,9 g fehérje20,3 g cukor 0 g zsír 11,5 g só 1,6 g</p> | <p>Tej 2dl Gépsonka/5 dkg Margarin,mini Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 420 kcal szénhidr.39,6g fehérje 27,1 g cukor0 g zsír 13,9 g só 2,8 g</p> | <p>Tej 3dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Lilahagyma Trapista sajt 5 dkg <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 580 kcal szénhidr.45,5g fehérje33,1 g cukor0 g zsír 25,9 g só2,3 g</p> | <p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Póréhagyma Tavaszi felvágott <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>Tej 2dl Kígyó uborka Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú sajtkrém <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 417 kcal szénhidr.43,8g fehérje21,3 g cukor 0g zsír 12,4 g só 1,5g</p> | <p>Tej 2dl Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Póréhagyma <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 464 kcal szénhidr.43,3g fehérje23 g cukor 0g zsír 18,6 g só 1,1g</p> | <p>Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Párizsi3dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 432 kcal szénhidr. 40,8g fehérje19,9 g cukor 0g zsír 16,1 g só 1,7g</p> |

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!