

2019.DECEMBER 23-29

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Trapista sajt 5 dkg <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 530 kcal szénhidr.40,2g fehérje 29,7 g cukor 0 g zsír 24,4 g só 2,3 g	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 0g zsír 15,1 g só 1,1g	Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Trapista sajt 3 dkg <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 479 kcal szénhidr.40,8 g fehérje 24,6 g cukor 0 g zsír 18,8 g só 1,8g	Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Medve sajt <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 417 kcal szénhidr. 39,9g fehérje20 g cukor 0 g zsír 16,6 g só 1,1 g	Tej 2dl Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 340 kcal szénhidr.39,4g fehérje 15,8 g cukor 0g zsír 10,3 g só 1,1g	Tejeskávé diab Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virslí <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej energia 385 kcal szénhidr.40,3 g fehérje 17 g cukor 0,5g zsír 7,5 g só 1,4g	Tejeskávé diab Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Hajdú körözött <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 443 kcal szénhidr. 41,9g fehérje 21,8 g cukor 0g zsír 9,2 g só 1,1g
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 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 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 kenyér 1SZ. Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 321 kcal szénhidr. 36,6g fehérje 9,1 g zsír ZST7 g zsír 2,5 g só 1,1 g
Ebéd	Májgal.leves Pesti paprikás Csalamádé <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tojások energia 784 kcal szénhidr.79,9 g fehérje 20,6 g cukor 0,4 g zsír 31 g só 1,6 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. H.husleves /A Töltött káposzta <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 848 kcal szénhidr. 70,5g fehérje 19,2 g cukor 0g zsír 26,2 g só 1,2g	Daragal.leves Pároltrizs Rántott hal Céklasavanyuság <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 966 kcal szénhidr. 70g fehérje 34,3 g cukor 0 g zsír 52,3 g só 0,4 g	Zellerkrémleves Petrezselymes burgonya/D Rakottszelet Csalamádé <i>Allergének:</i> tojások, zeller energia 597 kcal szénhidr.57,1 g fehérje 30 g cukor 0,6g zsír 22,4 g só 0,3g	Raguleves Túrós tészta diab <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 1068 kcal szénhidr.63,8g fehérje 27,7 g cukor 0g zsír 46,4 g só1,6 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Burgonyaleves diab. Szárazbabfőzelék /A Sertéspörkölt <i>Allergének:</i> glutén energia 717 kcal szénhidr. 71,8g fehérje 18,7 g cukor 0,2g zsír 30,6 g só 1,6g	Kertészleves/A Petrezselymes burgonya/D Stef.vagdalt Céklasavanyuság <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 730 kcal szénhidr. 65g fehérje 13 g cukor 0g zsír 21 g só 0,1g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	<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>Narancs,mandarin Szaloncukor diab.</p> <p><i>Allergének:</i></p> <p>energia 33 kcal szénhidr.19,7 g fehérje 0,5 g cukor 0 g zsír 0 g só 0 g</p>	<p>Kivi Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 123 kcal szénhidr.20,1 g fehérje 5 g cukor 0 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 195 kcal szénhidr.28,8 g fehérje 9 g cukor 0 g zsír 2,3 g só 1,1 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 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 Kígyó uborka Tejfölös túró Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 360 kcal szénhidr.33,3 g fehérje21,8 g cukor 0 g zsír 10,4 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zalai fv.5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 467 kcal szénhidr.39,7g fehérje 23,6 g cukor0 g zsír 20,3 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csem.rúd 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 346 kcal szénhidr.39,8g fehérje16,9 g cukor0 g zsír 10,4 g só1,2 g</p>	<p>Tej Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Lilahagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 489 kcal szénhidr. 46g fehérje24,7 g cukor 0 g zsír 19,3 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 3dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Soproni felvágott 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 543 kcal szénhidr.46,1g fehérje25,7 g cukor 0g zsír 23,4 g só 2,1g</p>	<p>Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú sajtkrém Póréhagyma</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 292 kcal szénhidr.32,3g fehérje14 g cukor 0g zsír 9,3 g só 1,5g</p>	<p>Tea diab Gépsonka/5 dkg Margarin,mini Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab</p> <p>energia 320 kcal szénhidr. 29g fehérje20,3 g cukor 0g zsír 10,9 g só 2,8g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!