

ÉTLAP

2020.JANUÁR 13-19

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tej Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 489 kcal szénhidr.46g fehérje 24,7 g cukor 0 g zsír 19,3 g só 1,1 g	Kakaó DIAB S.m. kockasajt natúr Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 478 kcal szénhidr.46,5g fehérje 24 g cukor 0g zsír 13,7 g só 1,1g	Tejeskávé diab Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Virslí <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej energia 594 kcal szénhidr.40,4 g fehérje 28,3 g cukor 0,5 g zsír 25,7 g só 1,4g	Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú körözött <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 383 kcal szénhidr. 41,9g fehérje21,8 g cukor 0 g zsír 9,2 g só 1,1 g	Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csem.rúd 5 dkg Póréhagyma <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 485 kcal szénhidr.43,9g fehérje 25,4 g cukor 0g zsír 13,5 g só 2,3g	Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 340 kcal szénhidr.39,4 g fehérje 15,8 g cukor 0g zsír 10,3 g só 1,1g	Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén energia 482 kcal szénhidr. 46,7g fehérje 22,4 g cukor 0g zsír 18,6 g só 1,6g
Tízórai	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 Sajtopárizsi 5 dkg <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej energia 245 kcal szénhidr.24,9 g fehérje 11,4 g cukor 0 g zsír 3,1 g só 1,3 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Trapista sajt 3 dkg <i>Allergének:</i> glutén energia 249 kcal szénhidr.25,3 g fehérje 13,7 g cukor 0 g zsír 10,6 g só 1,9 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.22,2 g fehérje 4,6 g cukor 0 g zsír 1,4 g só 0,5 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	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Vegyes zöldségleves Zöldbabfőzelék Sülthús <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 634 kcal szénhidr.56,8 g fehérje 16,7 g cukor 0 g zsír 26,4 g só 1,2 g	Brokkolikr.leves Tarhonyáshús/DIAB Csalamádé <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 668 kcal szénhidr. 59,1g fehérje 14,3 g cukor 0,7g zsír 16,5 g só 0,3g	Csontleves Spagett, makaróni DIAB Vadas/Diab <i>Allergének:</i> glutén, mustár, tej, tojások energia 800 kcal szénhidr. 61,3g fehérje 34 g cukor 0,4 g zsír 27,9 g só 0,4 g	Csurgatott tésztaleves Rizi-bizi DIAB Vagdalt Kukoricás káposztasaláta <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 663 kcal szénhidr.77,5 g fehérje 14,2 g cukor 0g zsír 22 g só 0,3g	Gezemice leves Hagymás törtburgonya Véres-májás hurka Párolt káposzta <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 1088 kcal szénhidr.61,7g fehérje 35,1 g cukor 0g zsír 61,8 g só1,8 g	Zöldbableves Savanyú burgonyafőzelék DIAB Sülthús <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 539 kcal szénhidr. 58,2g fehérje 10,1 g cukor 0,2g zsír 25,5 g só 0,2g	Tejfölös karfiolleves Pároltrizs Sülthal Céklasavanyuság <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 1046 kcal szénhidr. 70,7g fehérje 36,1 g cukor: 0g zsír 57,7 g só 0g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	<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 Mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 131 kcal szénhidr.28,4 g fehérje 3,7 g cukor 0 g zsír 1,5 g só 0,6 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Narancs,mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 141 kcal szénhidr.27,7 g fehérje 3,8 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 Narancs,mandarin</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 141 kcal szénhidr.27,7 g fehérje 3,8 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>Kivi Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 123 kcal szénhidr.20,1g fehérje5 g zsír ZSU7 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>
Vacsora	<p>Tej Tejfölös túró Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 460 kcal szénhidr.45,7 g fehérje29,8 g cukor 0 g zsír 14,1 g só 1,1 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 406 kcal szénhidr.43,6g fehérje 18,9 g cukor0 g zsír 13,3 g só 1,6 g</p>	<p>Tej 3dl Kígyó uborka Margarin,mini Párizsi5dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 527 kcal szénhidr.46,4g fehérje25,7 g cukor0 g zsír 21,4 g só2,1 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Póré hagyma Tavaszi felvágott <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 368 kcal szénhidr. 32,1g fehérje16,1 g cukor 0 g zsír 16,6 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Kefir <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 361 kcal szénhidr.44g fehérje19,2 g cukor 0g zsír 8,9 g só 1,4g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú sajtkrém <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 462 kcal szénhidr.43,8g fehérje21,3 g cukor 0g zsír 17,4 g só 1,5g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Edámi sajt 5 dkg <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 521 kcal szénhidr. 40,3g fehérje28,9 g cukor 0g zsír 23,6 g só 2,1g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!