

# ÉTLAP

## 2020.FEBRUÁR 17-23

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Reggeli</b>	Tea diab Margarin,mini Párizsi3dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén, szójabab  energia 405 kcal szénhidr.43,7g fehérje 17,1 g cukor 0 g zsír 14,2 g só 2,2 g	Kakaó DIAB Gépsonka/3 dkg Margarin,mini Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej  energia 434 kcal szénhidr.42,1g fehérje 23 g cukor 0g zsír 14,5 g só 2,3g	Tea diab Teljeskiőrlésű zsemle 1db Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Hajdú sajtkrém <i>Allergének:</i> glutén  energia 300 kcal szénhidr.40,8 g fehérje 13,1 g cukor 0 g zsír 10,2 g só 2,3g	Tejeskávé diab Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Virslí <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej  energia 586 kcal szénhidr. 39,6g fehérje28,3 g cukor 0 g zsír 25,3 g só 1,3 g	Kakaó DIAB S.m. kockasajt natúr Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 418 kcal szénhidr.42,5g fehérje 20,3 g cukor 0g zsír 13,6 g só 1,2g	Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab  energia 414 kcal szénhidr.43,6 g fehérje 17,1 g cukor 0g zsír 15,4 g só 2,2g	Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Füstölt f. tarja <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 502 kcal szénhidr. 39,6g fehérje 23,3 g cukor 0g zsír 17,8 g só 1,3g
<b>Tízórai</b>	Margarin,mini Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén  energia 180 kcal szénhidr.24,8 g fehérje 5,4 g cukor 0 g zsír 7,2 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Kefír <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 164 kcal szénhidr.19 g fehérje 7,9 g cukor 0 g zsír 4,8 g só 0,8 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 1/2 db Diab.méz <i>Allergének:</i> glutén  energia 136 kcal szénhidr.29,4 g fehérje 2,7 g cukor 0 g zsír 1,1 g só 0,6 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 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	Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 195 kcal szénhidr. 28,8g fehérje 9 g zsír ZST7 g zsír 2,3 g só 1,1 g
<b>Ebéd</b>	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Reszeltésztales Paradicsomoskáposzta /D Sülthús <i>Allergének:</i> glutén, tojások  energia 840 kcal szénhidr.59,1 g fehérje 17,1 g cukor 2,6 g zsír 29,4 g só 0,8 g	Diab jam Köményleves Rizsfelfújt Diab. /o75 <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 568 kcal szénhidr. 65,6g fehérje 12,3 g cukor 0g zsír 17,1 g só 0g	Zöldbableves Milánói makaróni diab <i>Allergének:</i> glutén, tojások  energia 634 kcal szénhidr. 54,4g fehérje 19,2 g cukor 0 g zsír 33,7 g só 1,4 g	Húsleves Burgonya 10 dkg Sülthús Sóskamártás <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 683 kcal szénhidr.58,8 g fehérje 15,5 g cukor 0g zsír 23,3 g só 0,2g	Fokhagymakrémleves Pároltrizs Párolt hal/citromos Csalamádé <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 580 kcal szénhidr.67,3g fehérje 38,7 g cukor 0,6g zsír 12,6 g só0,1 g	Rizsleves Finomfőzelék Sülthús <i>Allergének:</i> glutén  energia 587 kcal szénhidr. 55,3g fehérje 11,1 g cukor 0g zsír 21,5 g só 0,2g	Csontleves Burgonyapüre 0,2kg Töltöttcsirke / felsőcomb/ Ecetes uborka <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 847 kcal szénhidr. 64,2g fehérje 36,6 g cukor: 0g zsír 27,9 g só 0g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

# JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

# ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Uzsonna</b>	<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 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 141 kcal szénhidr.27,7 g fehérje 3,8 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>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>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>
<b>Vacsora</b>	<p>Tea diab Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 480 kcal szénhidr.50,3 g fehérje21,8 g cukor 0 g zsír 16,9 g só 1,6 g</p>	<p>Tea diab Retek kg Teljeskiőrlésű zsemle 2db Hajdú körözött <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 358 kcal szénhidr.52,2g fehérje 16,8 g cukor0 g zsír 8,2 g só 2,4 g</p>	<p>Tea diab Kígyó uborka Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. Pizza sonka <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 387 kcal szénhidr.54,4g fehérje17,3 g cukor0 g zsír 4,3 g só2 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 546 kcal szénhidr. 47,2g fehérje28,5 g cukor 0 g zsír 22,7 g só 2,8 g</p>	<p>Tea diab Kígyó uborka Natur yoghurt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 444 kcal szénhidr.48,6g fehérje24,2 g cukor 0g zsír 10,4 g só 1,6g</p>	<p>Tea diab Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 428 kcal szénhidr.46,8g fehérje25,7 g cukor 0g zsír 11,1 g só 1,6g</p>	<p>Tej 3dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Póréhagyma Sajtospárizsi 5 dkg <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 518 kcal szénhidr. 48g fehérje26,3 g cukor 0g zsír 12,9 g só 1,1g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!