

ÉTLAP

2020.MÁRCIUS 9-15

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tea diab Májkrem Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén energia 402 kcal szénhidr.43,2g fehérje 17,1 g cukor 0 g zsír 16,6 g só 1,7 g	Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű zsemle 1db Csem.rúd 3dkg <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 425 kcal szénhidr.42,8g fehérje 21,3 g cukor 0g zsír 14,1 g só 1,9g	Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Teljeskiőrlésű zsemle 1db Padlizsánkrém <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 292 kcal szénhidr.41,8 g fehérje 11 g cukor 0,5 g zsír 6,5 g só 1,7g	Tea diab Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 262 kcal szénhidr. 41,3g fehérje11,7 g cukor 0 g zsír 3,4 g só 1,7 g	Tea diab Margarin,mini Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1db <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 406 kcal szénhidr.43,6g fehérje 18,9 g cukor 0g zsír 13,3 g só 1,6g	Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén energia 317 kcal szénhidr.40 g fehérje 15 g cukor 0g zsír 10,1 g só 2,4g	Tea diab Gépsonka/3 dkg Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. <i>Allergének:</i> glutén, szójabab energia 410 kcal szénhidr. 44,2g fehérje 20,8 g cukor 0g zsír 10,6 g só 2,6g
Tízórai	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	S.m. kockasajt natúr Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 213 kcal szénhidr.25,3 g fehérje 9,6 g cukor 0 g zsír 8,4 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 Pizza sonka 3dkg <i>Allergének:</i> glutén energia 163 kcal szénhidr.25,9 g fehérje 9 g cukor 0 g zsír 3,2 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 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 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 761 kcal szénhidr.56,8 g fehérje 35,6 g cukor 0 g zsír 33,6 g só 1,2 g	Snidlinges burgonyaleves Tarhonyáshús/DIAB Céklasavanyuság <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 523 kcal szénhidr. 64,9g fehérje 14 g cukor 0,2g zsír 19 g só 0,2g	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csontleves Zöldborsófőzelék Virslit <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások energia 1113 kcal szénhidr. 65g fehérje 30,7 g cukor 0 g zsír 38,2 g só 1,3 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csurgatott tésztaleves Toros káposzta Diab.nápolyi <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 643 kcal szénhidr.62,4 g fehérje 18,3 g cukor 1,1 g zsír 26,7 g só 1,3g	Zsemlegombóc leves Túrós tészta diab <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 862 kcal szénhidr.64g fehérje 26,8 g cukor 0g zsír 41,4 g só1,5 g	Karalábéleves Savanyú burgonyafőzelék DIAB Köményessült <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 706 kcal szénhidr. 57,7g fehérje 33,4 g cukor 0,2g zsír 34,6 g só 0,3g	Abc.tészta leves Pároltrisz Töltöttcsirke / felsőcomb/ Céklasavanyuság <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 755 kcal szénhidr. 59g fehérje 32,6 g cukor: 0g zsír 33,3 g só 0g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	<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>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.20,1 g fehérje 5 g cukor 0 g zsír 1,2 g só 0,5 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 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 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.20,1 g fehérje 5 g zsír ZSU 7 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>
Vacsora	<p>Tea diab Teffölös túró Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 451 kcal szénhidr.50,1 g fehérje26,9 g cukor 0 g zsír 11,7 g só 1,6 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 464 kcal szénhidr.43,6g fehérje 21,3 g cukor0 g zsír 18,4 g só 1,6 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Párizsi5dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Teljeskiőrlésű zsemle <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 508 kcal szénhidr.53,8g fehérje23,8 g cukor0 g zsír 21 g só2,7 g</p>	<p>Tej 3dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Tavaszi felvágott <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 525 kcal szénhidr. 45,7g fehérje25,7 g cukor 0 g zsír 21 g só 1,1 g</p>	<p>Tea diab Teljeskiőrlésű zsemle 2db Kefires túró <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 477 kcal szénhidr.53g fehérje22,7 g cukor 0g zsír 9,8 g só 2,4g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej</p> <p>energia 565 kcal szénhidr.54,4g fehérje26,3 g cukor 0g zsír 23 g só 2,6g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 628 kcal szénhidr. 54,7g fehérje34,2 g cukor 0g zsír 25,5 g só 2,8g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!