

ÉTLAP

2020.MÁRCIUS 16-22

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zalai 3dk <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 476 kcal szénhidr.39,6g fehéjje 20,5 g cukor 0 g zsír 16,3 g só 1,1 g	Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű zsemle 1db Csem.rúd 3dkg <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 425 kcal szénhidr.42,8g fehéjje 21,3 g cukor 0g zsír 14,1 g só 1,9g	Tea diab S.m. kockasajt natúr Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 370 kcal szénhidr.43,8 g fehéjje 17,7 g cukor 0 g zsír 9,7 g só 1,6g	Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Virsliódkg <i>Allergének:</i> glutén, szójabab energia 431 kcal szénhidr. 43,4g fehéjje21 g cukor 0 g zsír 15,5 g só 1,7 g	Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén energia 528 kcal szénhidr.44,1g fehéjje 27,4 g cukor 0g zsír 22,5 g só 2,8g	Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 355 kcal szénhidr.39,8 g fehéjje 14,1 g cukor 0g zsír 14,6 g só 1,7g	Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Főtt tojás <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 468 kcal szénhidr. 39,7g fehéjje 21,2 g cukor 0g zsír 15,1 g só 1,1g
Tízórai	Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 135 kcal szénhidr.24,8 g fehéjje 5,4 g cukor 0 g zsír 2,2 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 224 kcal szénhidr.22,2 g fehéjje 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 fehéjje 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 fehéjje 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 fehéjje 4,6 g cukor 0 g zsír 1,4 g só 0,5 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Csem.rúd 3dkg <i>Allergének:</i> glutén energia 175 kcal szénhidr.25,6 g fehéjje 10,5 g cukor 0 g zsír 4 g só 1,9 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 224 kcal szénhidr. 22,2g fehéjje 4,6 g zsír ZST7 g zsír 1,4 g só 0,5 g
Ebéd	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zöldségleves Zöldbabfőzelék Sült oldalas <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller energia 874 kcal szénhidr.57,6 g fehéjje 34,9 g cukor 0,2 g zsír 47,3 g só 1,1 g	Paradicsomleves /Diab. Kagylótészta Csirkepörkölt /A Ecetes uborka <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 715 kcal szénhidr. 59,5g fehéjje 44,4 g cukor 2g zsír 25,8 g só 0,2g	Zöldséges-citromos gombaleves Bolognai spagetti <i>Allergének:</i> zeller energia 661 kcal szénhidr. 62,1g fehéjje 28,5 g cukor 0,9 g zsír 24,1 g só 0,5 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. H.husleves /A Székelykáposzta <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 788 kcal szénhidr.59,3 g fehéjje 17,3 g cukor 0g zsír 22 g só 1,2g	Főtt tojás Reszelttésztalesves Burgonya 30dkg Sóskamártás <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 620 kcal szénhidr.61,3g fehéjje 19,1 g cukor 0g zsír 27,2 g só 0 g	Májgal.leves Serp.burg. Diab Csalamádé <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tojások energia 767 kcal szénhidr. 59g fehéjje 21,2 g cukor 0,4g zsír 37,6 g só 2g	Tavaszi leves Pároltrizs Párolt hal/citromos Ecetes uborka <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 605 kcal szénhidr. 64,1g fehéjje 35,8 g cukor: 0g zsír 18 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>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 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 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 kenyér 1/2 sz. Alma 16 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 147 kcal szénhidr.25,6 g fehérje 5,2 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.20,1g fehérje5 g zsír ZSU7 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>
Vacsora	<p>Tej 2dl Margarin,mini Párizsi5dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 518 kcal szénhidr.52,5 g fehérje24 g cukor 0 g zsír 19,6 g só 2,6 g</p>	<p>Tea diab Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 461 kcal szénhidr.47,2g fehérje 20,7 g cukor0 g zsír 16,7 g só 1,6 g</p>	<p>Tea diab Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 389 kcal szénhidr.46,8g fehérje18,5 g cukor0 g zsír 10,5 g só2 g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 528 kcal szénhidr. 54,8g fehérje24,4 g cukor 0 g zsír 12,1 g só 1,6 g</p>	<p>Tea diab Retek kg Teffölös túró Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 433 kcal szénhidr.46,9g fehérje25,8 g cukor 0g zsír 11,5 g só 1,6g</p>	<p>Tej 2dl Gépsonka/3 dkg Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 485 kcal szénhidr.54g fehérje27,1 g cukor 0g zsír 13,6 g só 2,6g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Retek kg Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. Tavaszi felvágott <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 517 kcal szénhidr. 53,7g fehérje22,8 g cukor 0g zsír 18,4 g só 2g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!