

# ÉTLAP

2020.MÁJUS 18-24

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Reggeli</b>	<p>Kakaó DIAB Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű zsemle 1db</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 386 kcal szénhidr.42g fehérje 16,2 g cukor 0 g zsír 12,3 g só 1,2 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 366 kcal szénhidr.36,6g fehérje 9,1 g cukor 0g zsír 7,5 g só 1,1g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Teljeskiőrlésű zsemle 1db</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 468 kcal szénhidr.40,1 g fehérje 23,8 g cukor 0 g zsír 22,4 g só 2,9g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Teljeskiőrlésű zsemle 1db</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 375 kcal szénhidr. 42,8g fehérje14,9 g cukor 0 g zsír 15,3 g só 2,2 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 415 kcal szénhidr.43,8g fehérje 17,7 g cukor 0g zsír 14,7 g só 1,6g</p>	<p>Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű zsemle 1db Edámi sajt 5 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 567 kcal szénhidr.42,9 g fehérje 29,3 g cukor 0g zsír 25,6 g só 2,2g</p>	<p>Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 468 kcal szénhidr. 39,7g fehérje 21,2 g cukor 0g zsír 15,1 g só 1,1g</p>
<b>Tízórai</b>	<p>Párizsi3dkg Teljeskiőrlésű zsemle 1db</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab</p> <p>energia 202 kcal szénhidr.25,3 g fehérje 9 g cukor 0 g zsír 7,9 g só 1,8 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1db Hajdú sajtkrém</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 232 kcal szénhidr.28,3 g fehérje 10,4 g cukor 0 g zsír 9,2 g só 1,7 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 224 kcal szénhidr.22,2 g fehérje 4,6 g cukor 0 g zsír 1,4 g só 0,5 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Diab.méz</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 136 kcal szénhidr.29,4 g fehérje 2,7 g cukor 0 g zsír 1,1 g só 0,6 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű zsemle 1db Csem.rúd 3dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 175 kcal szénhidr.25,6 g fehérje 10,5 g cukor 0 g zsír 4 g só 1,9 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 224 kcal szénhidr.22,2 g fehérje 4,6 g cukor 0 g zsír 1,4 g só 0,5 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Diab jam</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 224 kcal szénhidr. 22,2g fehérje 4,6 g zsír ZST7 g zsír 1,4 g só 0,5 g</p>
<b>Ebéd</b>	<p>Gyümölcsleves vegyes DIAB Pároltrizs Dunaszelet</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 747 kcal szénhidr.58 g fehérje 33,7 g cukor 0 g zsír 27,2 g só 0,3 g</p>	<p>Karalábéleves Savanyú burgonyafőzelék DIAB Virslis</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tojások</p> <p>energia 673 kcal szénhidr. 57,4g fehérje 20,7 g cukor 0,2g zsír 36,9 g só 0,3g</p>	<p>Tojásleves Tarhonya diab Lecsószzelet</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 625 kcal szénhidr. 61,4g fehérje 15,6 g cukor 0,4 g zsír 30,6 g só 0,3 g</p>	<p>Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. H.husleves /A Zöldbabfőzelék Sertéspörkölt</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 779 kcal szénhidr.58,8 g fehérje 17,1 g cukor 0,1g zsír 28,6 g só 1,3g</p>	<p>Vegyes zöldségleves Rakott tök Ecetes uborka</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások</p> <p>energia 653 kcal szénhidr.56g fehérje 11,5 g cukor 0,1g zsír 21,7 g só0,1 g</p>	<p>Zsemlegombóc leves Finomfőzelék Sült hús</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tojások</p> <p>energia 714 kcal szénhidr. 56,9g fehérje 31,5 g cukor 0g zsír 28,5 g só 0,2g</p>	<p>Zellerkrémleves Pároltrizs Gombás Szelet Párolt sárgarépa</p> <p><i>Allergének:</i> zeller</p> <p>energia 668 kcal szénhidr. 59,3g fehérje 27,6 g cukor: 0,7g zsír 28,3 g só 0,3g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

# ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Uzsonna</b>	<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 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 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 zsír 1,2 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>
<b>Vacsora</b>	<p>Tea diab Kígyó uborka Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 486 kcal szénhidr.48 g fehérje 21,2 g cukor 0 g zsír 16,8 g só 1,6 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 547 kcal szénhidr.54g fehérje 26,3 g cukor 0 g zsír 12,4 g só 1,6 g</p>	<p>Tej 2dl Gombásfelvágott Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 489 kcal szénhidr.49,9g fehérje 22,9 g cukor 0 g zsír 10,6 g só 2,7 g</p>	<p>Tea diab Kígyó uborka Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 453 kcal szénhidr. 47,6g fehérje 26,2 g cukor 0 g zsír 11,2 g só 1,6 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Párizsi 5dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 550 kcal szénhidr.54,7g fehérje 26,3 g cukor 0g zsír 21 g só 2,6g</p>	<p>Tea diab Kígyó uborka Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 524 kcal szénhidr.47,4g fehérje 25,9 g cukor 0g zsír 9 g só 1,6g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 2 sz. Újhagyma Zalai fv.5 dkg <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 534 kcal szénhidr. 53,9g fehérje 24,6 g cukor 0g zsír 19,2 g só 2g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!