

2020.JÚNIUS 22-28

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tea diab Margarin,mini S.m. kockasajt natúr Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 415 kcal szénhidr.43,8g fehérje 17,7 g cukor 0 g zsír 14,7 g só 1,6 g	Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Teljeskiőrlésű zsemle 1db Hajdú sajtkrém <i>Allergének:</i> glutén energia 330 kcal szénhidr.42,8g fehérje 14,9 g cukor 0g zsír 10,3 g só 2,2g	Tejeskávé diab Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Főtt tojás <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 423 kcal szénhidr.39,7 g fehérje 21,2 g cukor 0 g zsír 10,1 g só 1,1g	Tea diab Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Teljeskiőrlésű zsemle 1db <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab energia 472 kcal szénhidr. 40,3g fehérje22,4 g cukor 0,5 g zsír 23,7 g só 2,1 g	Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Teljeskiőrlésű zsemle 1db Padlizsánkrém <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 292 kcal szénhidr.41,8g fehérje 11 g cukor 0,5g zsír 6,5 g só 1,7g	Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab.méz <i>Allergének:</i> glutén energia 248 kcal szénhidr.41,8 g fehérje 5,4 g cukor 0g zsír 7,2 g só 1,2g	Tejeskávé diab Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 355 kcal szénhidr. 39,4g fehérje 15,8 g cukor 0g zsír 5,3 g só 1,1g
Tízórai	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. Kefir <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 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. Kefir <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. 22,2g fehérje 4,6 g zsír ZST7 g zsír 1,4 g só 0,5 g
Ebéd	Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Reszelttészta leves Székelykáposzta <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 692 kcal szénhidr.63,4 g fehérje 18,6 g cukor 0 g zsír 22,3 g só 1,2 g	Zöldségleves Rizi-bizi DIAB Reszeltmáj / Csirkemáj Saláta DIAB <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller energia 780 kcal szénhidr. 66,6g fehérje 12 g cukor 0,2g zsír 32,3 g só 0,1g	Frankfurtiléves Gránátos kocka/diab Ecetes uborka <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej, tojások energia 711 kcal szénhidr. 64,4g fehérje 20,8 g cukor 0 g zsír 22,3 g só 0,1 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Abc.tészta leves Tökfőzelék Vagdalt <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 673 kcal szénhidr.55,7 g fehérje 14,6 g cukor 0,1 g zsír 27,4 g só 0,9g	Karfiolleves Pároltrizs Majonézeshal Párolt sárgarépa <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 780 kcal szénhidr.63g fehérje 37,7 g cukor 0g zsír 33 g só0,3 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. H.husleves /A Finomfőzelék Köményessült <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 961 kcal szénhidr. 63,7g fehérje 38,4 g cukor 0g zsír 33,8 g só 0,8g	Zöldborsóleves Petrezselymes burgonya/D Sültcsirkecomb/felső/ Friss vegyes saláta <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 743 kcal szénhidr. 58,6g fehérje 37,6 g cukor: 0g zsír 21,8 g só 0g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Uzsonna	<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 Barack</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 240 kcal szénhidr.21,4 g fehérje 3,4 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>Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Barack</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 270 kcal szénhidr.23,4 g fehérje 5,2 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 16 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 147 kcal szénhidr.25,6g fehérje5,2 g zsír ZSU7 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>
Vacsora	<p>Tea diab Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 461 kcal szénhidr.47,2 g fehérje20,7 g cukor 0 g zsír 16,7 g só 1,6 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 481 kcal szénhidr.47,8g fehérje 22,8 g cukor0 g zsír 11,6 g só 2,8 g</p>	<p>Tea diab Natur yoghurt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 584 kcal szénhidr.49,8g fehérje32,8 g cukor0 g zsír 19,8 g só2,8 g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 564 kcal szénhidr. 52,4g fehérje26,9 g cukor 0 g zsír 20,7 g só 1,6 g</p>	<p>Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. Körözött <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 506 kcal szénhidr.50g fehérje26,5 g cukor 0g zsír 11,3 g só 1,6g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 sz. <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej</p> <p>energia 564 kcal szénhidr.52,8g fehérje25,2 g cukor 0g zsír 11,8 g só 1,6g</p>	<p>Tea diab Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Teljeskiőrlésű kenyér <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 410 kcal szénhidr. 45,9g fehérje20 g cukor 0g zsír 10,3 g só 1,6g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!