

ÉTLAP

2020.JÚLIUS 6-12

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Reggeli	Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Medve sajt <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 317 kcal szénhidr.29,3g fehérje 13,2 g cukor 0 g zsír 13,6 g só 1,1 g	Tej 2dl Margarin,mini Mini méz Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 405 kcal szénhidr.55,6g fehérje 15,9 g cukor 0g zsír 10,3 g só 1,1g	Tejeskávé diab Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virslis <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej energia 594 kcal szénhidr.40,4 g fehérje 28,3 g cukor 0,5 g zsír 25,7 g só 1,4g	Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Padlizsánkrem <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 254 kcal szénhidr. 31,4g fehérje10,1 g cukor 0,5 g zsír 5,5 g só 1,1 g	Tejeskávé diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Csem.rúd 3dkg Paradicsom <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 517 kcal szénhidr.43,4g fehérje 21,7 g cukor 0g zsír 12,3 g só 1,8g	Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab.méz <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 408 kcal szénhidr.56,4 g fehérje 15,8 g cukor 0g zsír 10,3 g só 1,1g	Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 408 kcal szénhidr. 39,7g fehérje 21,2 g cukor 0g zsír 15,1 g só 1,1g
Tízórai	Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 321 kcal szénhidr.36,6 g fehérje 9,1 g cukor 0 g zsír 2,5 g só 1,1 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab.méz <i>Allergének:</i> glutén energia 263 kcal szénhidr.45,8 g fehérje 9 g cukor 0 g zsír 2,3 g só 1,1 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 261 kcal szénhidr.32,6 g fehérje 5,5 g cukor 0 g zsír 2,4 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1/2 db Kefir <i>Allergének:</i> glutén, tej energia 134 kcal szénhidr.17 g fehérje 6,1 g cukor 0 g zsír 4,7 g só 0,9 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Diab jam <i>Allergének:</i> glutén energia 261 kcal szénhidr. 32,6g fehérje 5,5 g zsír ZST7 g zsír 2,4 g só 1,2 g
Ebéd	Főtt tojás Karalábéleves Spenót Burgonya 20dkg <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 671 kcal szénhidr.78,3 g fehérje 21,1 g cukor 0 g zsír 21,5 g só 0 g	Gyümölcsleves vegyes DIAB Tarhonya diab Sertéspörkölt Ecetes uborka <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 651 kcal szénhidr. 55,6g fehérje 32,3 g cukor 0,1g zsír 27,3 g só 0,2g	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 SZ. Daragal.leves Rakottkel <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások energia 738 kcal szénhidr. 55,9g fehérje 29,2 g cukor 0,1 g zsír 22 g só 0,7 g	Csirkeleves Gránátos kocka/diab Saláta DIAB <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 820 kcal szénhidr.65,7 g fehérje 27,9 g cukor 0g zsír 24,3 g só 0g	Teljeskiőrlésű kenyér 1/2 SZ. Zöldségleves Tejfölös burg.főz. Vagdalt <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller energia 881 kcal szénhidr.106,2g fehérje 32,6 g cukor 0,1g zsír 30,4 g só0,9 g	Köményleves Pincepörkölt Ecetes uborka <i>Allergének:</i> glutén energia 771 kcal szénhidr. 81,6g fehérje 32,1 g cukor 0,2g zsír 26,9 g só 0,2g	Zöldborsóleves Pároltrizs Rántott hal Céklasavanyuság <i>Allergének:</i> glutén, tojások energia 1029 kcal szénhidr. 78,5g fehérje 36,1 g cukor: 0g zsír 54,9 g só 0,4g

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 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 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 Kefir</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 134 kcal szénhidr.17 g fehérje 6,1 g cukor 0 g zsír 4,7 g só 0,9 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 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 kenyér 1/2 sz. Alma 15 dkg</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 144 kcal szénhidr.24,9g fehérje5,1 g zsír ZSU7 g zsír 1,2 g só 0,5 g</p>
Vacsora	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Soproni felvágott 5 dkg Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab</p> <p>energia 410 kcal szénhidr.30,8 g fehérje15,6 g cukor 0 g zsír 19 g só 2,1 g</p>	<p>Tea diab Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Paradicsom</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 442 kcal szénhidr.35,9g fehérje 17 g cukor 0 g zsír 15,7 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Kígyó uborka Tefjölös túró Teljeskiőrlésű kenyér 1sz.</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 460 kcal szénhidr.43,9g fehérje28,6 g cukor 0 g zsír 13,4 g só1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Edámi sajt 5 dkg Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 563 kcal szénhidr. 41,8g fehérje29,5 g cukor 0 g zsír 23,8 g só 2,1 g</p>	<p>Tea diab Natur yoghurt Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú sajtkrém</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 351 kcal szénhidr.36,5g fehérje18,8 g cukor 0g zsír 11,4 g só 1,5g</p>	<p>Tea diab Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Hajdú körözött Zöldpaprika</p> <p><i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 325 kcal szénhidr.32,8g fehérje15,6 g cukor 0g zsír 6,4 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Tavaszi felvágott</p> <p><i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 450 kcal szénhidr. 39,5g fehérje21,8 g cukor 0g zsír 19,4 g só 1,1g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!