

# ÉTLAP

2020.JÚLIUS 27 - AUGUSZTUS 2

Diabetes 200CH	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Reggeli</b>	Tejeskávé diab Májkrém Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ.  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 524 kcal szénhidr.43,3g fehérje 23 g cukor 0 g zsír 18,6 g só 1,1 g	Kakaó DIAB Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Diab jam  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 572 kcal szénhidr.53,8g fehérje 19,9 g cukor 0g zsír 12,7 g só 1,1g	Tej 2dl Margarin,mini Sonkás kockasajt Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ.  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 404 kcal szénhidr.41,2 g fehérje 18,9 g cukor 0 g zsír 15 g só 1,1g	Tej 2dl Mustár Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Virsli  <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab, tej  energia 534 kcal szénhidr. 40,4g fehérje28,3 g cukor 0,5 g zsír 25,7 g só 1,4 g	Tejeskávé diab Gépsonka/3 dkg Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ.  <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej  energia 403 kcal szénhidr.39,6g fehérje 22,6 g cukor 0g zsír 7,4 g só 2,1g	Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Főtt tojás  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 363 kcal szénhidr.39,7 g fehérje 21,2 g cukor 0g zsír 10,1 g só 1,1g	Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Sajtospárizsi 3 dkg  <i>Allergének:</i> glutén, szójabab, tej  energia 406 kcal szénhidr. 39,5g fehérje 19,4 g cukor 0g zsír 10,9 g só 1,1g
<b>Tízórai</b>	Margarin,mini Teljeskiőrlésű zsemle 1db  <i>Allergének:</i> glutén  energia 180 kcal szénhidr.24,8 g fehérje 5,4 g cukor 0 g zsír 7,2 g só 1,2 g	Teljeskiőrlésű zsemle 1db Kefir  <i>Allergének:</i> glutén, tej  energia 201 kcal szénhidr.29,4 g fehérje 8,8 g cukor 0 g zsír 5,8 g só 1,5 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 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 jam  <i>Allergének:</i> glutén  energia 321 kcal szénhidr. 36,6g fehérje 9,1 g zsír ZST7 g zsír 2,5 g só 1,1 g
<b>Ebéd</b>	Paradicsomleves /Diab. Petrezselymes burgonya/D Sertéspörkölt Csalamádé  <i>Allergének:</i> glutén, tojások  energia 646 kcal szénhidr.56,6 g fehérje 29,7 g cukor 1,9 g zsír 24,9 g só 0,2 g	Tavaszi leves Sonkás kocka diab  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 710 kcal szénhidr. 66,9g fehérje 23,1 g cukor 1,2g zsír 34 g só 0,5g	Zöldségleves Tökfőzelék Sertéspörkölt  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások, zeller  energia 648 kcal szénhidr. 31,8g fehérje 27,4 g cukor 0,2 g zsír 30,6 g só 0,2 g	Paradicsomleves Tarhonyás hús/DIAB Céklasavanyuság  <i>Allergének:</i> glutén, tojások, zeller  energia 697 kcal szénhidr.66,8 g fehérje 32,2 g cukor 12g zsír 26,3 g só 0,2g	Tojásleves Pároltrizs Majonézeshal  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 742 kcal szénhidr.60,2g fehérje 38,5 g cukor 0g zsír 37,2 g só0,3 g	Teljeskiőrlésű kenyér 1SZ. Daragal.leves Kelkáposztafőzelék /A Vagdalt  <i>Allergének:</i> glutén, tojások  energia 992 kcal szénhidr. 97,1g fehérje 37,8 g cukor 0g zsír 26,1 g só 1,4g	H.husleves /A Kagylótészta Csirkepörkölt(f.comb)  <i>Allergének:</i> glutén, tej, tojások  energia 754 kcal szénhidr. 56,9g fehérje 45 g cukor: 0,2g zsír 30,8 g só 0,1g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!

# ÉTLAP

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
<b>Uzsonna</b>	<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 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 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. 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>
<b>Vacsora</b>	<p>Tea diab Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Soproni felvágott <i>Allergének:</i> glutén, mustár, szójabab</p> <p>energia 393 kcal szénhidr.30,2 g fehérje15,5 g cukor 0 g zsír 18,9 g só 2,1 g</p>	<p>Tea diab Kígyó uborka Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Csem.rúd 5 dkg <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 331 kcal szénhidr.31g fehérje 18 g cukor0 g zsír 10,4 g só 2,3 g</p>	<p>Tea diab Kígyó uborka Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Kefires turó <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 331 kcal szénhidr.32,7g fehérje21,4 g cukor0 g zsír 7,8 g só1,1 g</p>	<p>Tea diab Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Zalai fv.5 dkg Zöldpaprika <i>Allergének:</i> glutén</p> <p>energia 409 kcal szénhidr. 30,6g fehérje17,4 g cukor 0 g zsír 17,4 g só 1,1 g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Edámi sajt 5 dkg Paradicsom <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 599 kcal szénhidr.43,5g fehérje29,7 g cukor 0g zsír 23,8 g só 2,1g</p>	<p>Tej 2dl Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Körözött Zöldpaprika <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 473 kcal szénhidr.44,5g fehérje28,6 g cukor 0g zsír 13,1 g só 1,1g</p>	<p>Tej 2dl Margarin,mini Teljeskiőrlésű kenyér 1sz. Paradicsom/sim Trapista sajt 5 dkg <i>Allergének:</i> glutén, tej</p> <p>energia 548 kcal szénhidr. 44,1g fehérje30,6 g cukor 0g zsír 24,6 g só 2,3g</p>

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!