

## 2017.04.03. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

**Lestyános karalábé leves**  
**Kukoricás sertésragu**  
**Főtt tészta**

Energia : 896,822 kcal  
So : 2 477,507 mg  
Feherje : 39,733 g  
Zsir : 35,621 g  
- telített zsírsav : 5,899 g  
Szenhidrat : 104,224 g  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén

## 2017.04.04. KEDD

Étkezés: Ebéd

**Magyaros karfiol leves**  
**Grillezett csirkemellfilé**  
**Petrezselymes burgonya**  
**Cékla**

Energia : 800,825 kcal  
So : 2 812,817 mg  
Feherje : 38,249 g  
Zsir : 29,487 g  
- telített zsírsav : 3,595 g  
Szenhidrat : 93,691 g  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén

## 2017.04.05. SZERDA

Étkezés: Ebéd

**Palóc leves**  
**Rizsfelfűjt**  
**Alma kompót**

Energia : 898,283 kcal  
So : 1 503,312 mg  
Cukor : 13,000 g  
Feherje : 32,810 g  
Zsir : 23,132 g  
- telített zsírsav : 8,660 g  
Szenhidrat : 137,659 g  
KalciumTejtermek : 144,000 mg  
Allergen : tojás  
Allergen : tej  
Allergen : glutén

## 2017.04.06. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

**Grízgaluska leves**  
**Paradicsomos káposzta**  
**Sertés pörkölt**

Energia : 864,991 kcal  
So : 2 454,615 mg  
Cukor : 15,000 g  
Feherje : 33,644 g  
Zsir : 31,048 g  
- telített zsírsav : 4,936 g  
Szenhidrat : 113,444 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : zeller

## 2017.04.07. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

**Zeller leves**  
**Rántott sertés szelet**  
**Vajas zöldségek**

Energia : 875,229 kcal  
So : 2 193,685 mg  
Feherje : 38,907 g  
Zsir : 54,237 g  
- telített zsírsav : 10,146 g  
Szenhidrat : 57,244 g  
Allergen : tej  
Allergen : zeller  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén

## 2017.04.10. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

**Fejtett bableves**

**Rakott savanyúkáposzta bulgurral**

Energia : 852,845 kcal  
So : 3 632,830 mg  
Fehérje : 38,237 g  
Zsír : 34,851 g  
- telített zsírsav : 7,855 g  
Szenhidrat : 99,516 g  
KalciumTejtermek : 48,000 mg  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : tej

## 2017.04.11. KEDD

Étkezés: Ebéd

**Tojásleves**

**Almás csirkemell**

**Burgonya püré**

Energia : 913,486 kcal  
So : 1 987,035 mg  
Fehérje : 43,035 g  
Zsír : 43,424 g  
- telített zsírsav : 8,467 g  
Szenhidrat : 86,747 g  
KalciumTejtermek : 57,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : tej

## 2017.04.12. SZERDA

Étkezés: Ebéd

**Legényfogó leves**

**Mákos tészta**

**Narancs**

Energia : 829,885 kcal  
So : 1 778,800 mg  
Cukor : 8,000 g  
Fehérje : 39,820 g  
Zsír : 28,376 g  
- telített zsírsav : 5,524 g  
Szenhidrat : 102,626 g  
KalciumTejtermek : 24,000 mg  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : tej

## 2017.04.13. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

**Fokhagyma krémleves pirított zsemlekockával**

**Lencse főzelék**

**Sertés sült**

Energia : 834,878 kcal  
So : 2 033,025 mg  
Cukor : 4,000 g  
Fehérje : 48,348 g  
Zsír : 37,511 g  
- telített zsírsav : 9,516 g  
Szenhidrat : 76,263 g  
KalciumTejtermek : 66,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tej  
Allergen : mustár

## 2017.04.18. KEDD

Étkezés: Ebéd

**Zöldborsó leves**

**Magyaros sertés szelet**

**Házi tarhonya**

**Csemege uborka**

Energia : 895,995 kcal  
So : 4 163,505 mg  
Fehérje : 43,131 g  
Zsír : 35,941 g  
- telített zsírsav : 6,535 g  
Szenhidrat : 99,393 g  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás

## 2017.04.19. SZERDA

Étkezés: Ebéd

**Gulyás leves**  
**Sajtos pogácsa**  
**Alma**

Energia : 790,918 kcal  
So : 1 602,877 mg  
Fehérje : 63,913 g  
Zsír : 31,109 g  
- telített zsírsav : 8,911 g  
Szenhidrat : 97,862 g  
KalciumTejtermek : 40,800 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : zeller

## 2017.04.20. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

**Májgaluska leves**  
**Spenót**  
**Tojás**  
**Fél adag burgonya**

Energia : 891,980 kcal  
So : 2 882,367 mg  
Fehérje : 42,536 g  
Zsír : 45,474 g  
- telített zsírsav : 8,732 g  
Szenhidrat : 77,570 g  
KalciumTejtermek : 34,200 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tojás  
Allergen : tej

## 2017.04.21. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

**Meggyleves**  
**Dubarry csirkemell**  
**Párolt rizs**

Energia : 885,660 kcal  
So : 2 213,515 mg  
Cukor : 12,000 g  
Fehérje : 37,675 g  
Zsír : 33,065 g  
- telített zsírsav : 10,220 g  
Szenhidrat : 107,377 g  
KalciumTejtermek : 137,100 mg  
Allergen : tej  
Allergen : glutén

## 2017.04.24. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

**Gomba leves**  
**Csirkemáj rizottó reszelt sajttal**  
**Vegyes savanyúság**

Energia : 762,760 kcal  
So : 1 845,770 mg  
Fehérje : 40,283 g  
Zsír : 26,119 g  
- telített zsírsav : 5,177 g  
Szenhidrat : 89,712 g  
KalciumTejtermek : 90,000 mg  
Allergen : tej  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén

## 2017.04.25. KEDD

Étkezés: Ebéd

**Húsleves**  
**Vadas szelet**  
**Főtt tészta**

Energia : 866,768 kcal  
So : 2 623,327 mg  
Cukor : 5,000 g  
Fehérje : 35,562 g  
Zsír : 37,259 g  
- telített zsírsav : 7,518 g  
Szenhidrat : 96,752 g  
KalciumTejtermek : 30,000 mg  
Allergen : tojás  
Allergen : zeller  
Allergen : glutén

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

## Étlap (2017.04.03.-2017.04.29.)

A menü , Felnőtt 19-69  
Korcsoport: Felnőtt 19-69

Összetevők: 1 adagra vonatkozóan!

### 2017.04.26. SZERDA

Étkezés: Ebéd

**Baromfi becsinált leves**  
**Izes derelye**  
**Mandarin**

Allergen : tej  
Allergen : mustár  
Energia : 883,895 kcal  
So : 1 954,485 mg  
Cukor : 15,000 g  
Feherje : 29,894 g  
Zsir : 20,975 g  
- telített zsírsav : 4,933 g  
Szenhidrat : 142,381 g  
KalciumTejtermek : 24,000 mg  
Allergen : glutén  
Allergen : tej  
Allergen : tojás  
Allergen : zeller

### 2017.04.27. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

**Csontleves finommetélttel**  
**Burgonya főzelék**  
**Virslis**

Energia : 865,848 kcal  
So : 3 839,130 mg  
Feherje : 33,596 g  
Zsir : 40,437 g  
- telített zsírsav : 14,632 g  
Szenhidrat : 90,112 g  
KalciumTejtermek : 36,000 mg  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : zeller  
Allergen : tej  
Allergen : szója

### 2017.04.28. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

**Bazsalikomos paradicsom leves**  
**Roston sült halfilé**  
**Fél adag zöldséges barna rizs**  
**Fél adag rizs**

Energia : 933,480 kcal  
So : 2 826,500 mg  
Cukor : 15,000 g  
Feherje : 34,944 g  
Zsir : 35,077 g  
- telített zsírsav : 4,212 g  
Szenhidrat : 118,252 g  
Allergen : tojás  
Allergen : glutén  
Allergen : hal