

2017.06.06. KEDD

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves
Lecsós csirkemáj
Bulgur

Energia : 770,455 kcal
So : 2 416,997 mg
Fehérje : 41,301 g
Zsir : 23,383 g
- telített zsírsav : 2,808 g
Szenhidrat : 103,436 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2017.06.07. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Palóc leves
Darás tészta baracklekvárral
Alma

Energia : 889,253 kcal
So : 1 690,100 mg
Fehérje : 33,661 g
Zsir : 25,538 g
- telített zsírsav : 6,356 g
Szenhidrat : 130,735 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2017.06.08. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves
Finomfőzelék
Virsli

Energia : 823,970 kcal
So : 4 098,945 mg
Fehérje : 39,963 g
Zsir : 35,551 g
- telített zsírsav : 12,646 g
Szenhidrat : 85,276 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller
Allergen : szója

2017.06.09. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Burgonya leves
Citromos halfilé
Barna rizs

Energia : 884,675 kcal
So : 1 985,510 mg
Fehérje : 35,601 g
Zsir : 29,784 g
- telített zsírsav : 7,039 g
Szenhidrat : 116,310 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : hal
Allergen : tej

2017.06.12. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Gyümölcsös pulykaragu
Párolt rizs

Energia : 851,825 kcal
So : 1 916,080 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 35,214 g
Zsir : 21,463 g
- telített zsírsav : 4,967 g
Szenhidrat : 128,210 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2017.06.13. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tavaszi leves

Gombás sertésszelet

Tarhonya köret

Energia : 882,120 kcal
So : 2 514,540 mg
Fehérje : 45,671 g
Zsir : 33,397 g
- telített zsírsav : 7,189 g
Szenhidrat : 99,313 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2017.06.14. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves

Sajtos pogácsa

Cseresznye

Energia : 724,378 kcal
So : 1 591,727 mg
Fehérje : 62,263 g
Zsir : 27,807 g
- telített zsírsav : 8,466 g
Szenhidrat : 89,404 g
KalciumTejtermek : 40,800 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2017.06.15. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves csigatésztával

Lencse főzelék

Sült hús

Energia : 832,361 kcal
So : 2 049,947 mg
Cukor : 4,000 g
Fehérje : 47,810 g
Zsir : 38,073 g
- telített zsírsav : 7,602 g
Szenhidrat : 74,537 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : mustár

2017.06.16. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Fokhagyma krémleves

Szezámagos rántott csirkemell

Párolt zöldségek

Energia : 874,442 kcal
So : 2 157,737 mg
Fehérje : 45,701 g
Zsir : 45,810 g
- telített zsírsav : 7,962 g
Szenhidrat : 69,978 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : szezámag

2017.06.19. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Lestyános karalábé leves
Sertés pörkölt
Hántolt árpa
Vegyes savanyúság

Energia : 813,652 kcal
So : 1 941,782 mg
Fehérje : 33,807 g
Zsir : 30,725 g
- telített zsírsav : 4,615 g
Szenhidrat : 100,387 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2017.06.20. KEDD

Étkezés: Ebéd

Sárgaribizs leves
Dubarry csirkemell
Burgonya püré

Energia : 896,390 kcal
So : 2 428,095 mg
Fehérje : 52,313 g
Zsir : 27,884 g
- telített zsírsav : 9,122 g
Szenhidrat : 107,699 g
KalciumTejtermek : 164,100 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2017.06.21. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Sertés becsináltleves
Káposztás tészta
Alma

Energia : 895,140 kcal
So : 1 945,745 mg
Cukor : 7,000 g
Fehérje : 35,345 g
Zsir : 29,233 g
- telített zsírsav : 6,487 g
Szenhidrat : 122,689 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller
Allergen : tej

2017.06.22. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Brokkoli főzelék
Húsgombóc

Energia : 898,482 kcal
So : 2 394,615 mg
Fehérje : 43,455 g
Zsir : 36,146 g
- telített zsírsav : 8,463 g
Szenhidrat : 98,323 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2017.06.23. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Bazsalikomos paradicsom leves
Zöldséges halfilé
Főtt burgonya
Csemege uborka

Energia : 888,205 kcal
So : 4 221,985 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 36,992 g
Zsir : 29,612 g
- telített zsírsav : 3,619 g
Szenhidrat : 116,762 g
Allergen : glutén
Allergen : hal
Allergen : tojás

2017.06.26. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves
Rakott zöldbab reszelt sajttal

Energia : 848,765 kcal
So : 2 000,360 mg
Fehérje : 38,207 g
Zsír : 36,600 g
- telített zsírsav : 11,048 g
Szenhidrat : 89,244 g
KalciumTejtermek : 162,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2017.06.27. KEDD

Étkezés: Ebéd

Kertész leves
Natúr sertés szelet
Burgonya köret
Cékla

Energia : 855,105 kcal
So : 2 912,105 mg
Fehérje : 35,196 g
Zsír : 34,588 g
- telített zsírsav : 5,602 g
Szenhidrat : 98,940 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2017.06.28. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Pulykaraguleves
Túrós batyu
Cseresznye

Energia : 808,543 kcal
So : 1 635,535 mg
Cukor : 25,000 g
Fehérje : 76,859 g
Zsír : 27,961 g
- telített zsírsav : 7,699 g
Szenhidrat : 103,508 g
KalciumTejtermek : 75,600 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2017.06.29. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Zöldborsó főzelék
Sertés pörkölt

Energia : 765,004 kcal
So : 1 957,270 mg
Fehérje : 44,107 g
Zsír : 33,880 g
- telített zsírsav : 5,491 g
Szenhidrat : 71,189 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2017.06.30. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Hideg almaleves
Zöldfűszeres sült csirkemell
Burgonya püré
Fejes saláta

Energia : 868,380 kcal
So : 2 473,890 mg
Cukor : 30,000 g
Fehérje : 38,074 g
Zsír : 30,229 g
- telített zsírsav : 9,935 g
Szenhidrat : 109,391 g
KalciumTejtermek : 121,800 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!