

2017.06.06. KEDD

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves
Cordon bleu
Rizi-bizi

Energia : 1 201,825 kcal
So : 3 750,622 mg
Fehérje : 52,524 g
Zsír : 51,027 g
- telített zsírsav : 10,937 g
Szenhidrat : 131,724 g
KalciumTejtermek : 131,400 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : szója

2017.06.07. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Palóc leves
Rántott sajt
Rizs köret
Tartár mártás

Energia : 2 022,648 kcal
So : 5 815,525 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 73,163 g
Zsír : 123,996 g
- telített zsírsav : 36,035 g
Szenhidrat : 150,848 g
KalciumTejtermek : 888,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2017.06.08. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves
Sertés borda Orly módra
Rizs köret
Csemege uborka

Energia : 1 123,990 kcal
So : 4 436,570 mg
Fehérje : 41,840 g
Zsír : 50,714 g
- telített zsírsav : 8,031 g
Szenhidrat : 124,199 g
KalciumTejtermek : 11,400 mg
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2017.06.09. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Burgonya leves
Sertés szelet sajtmártással
Házi tarhonya

Energia : 1 102,910 kcal
So : 3 174,520 mg
Fehérje : 51,058 g
Zsír : 46,318 g
- telített zsírsav : 12,971 g
Szenhidrat : 119,836 g
KalciumTejtermek : 207,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2017.06.12. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Rántott sertés máj
Majonézes burgonya

Energia : 1 266,840 kcal
So : 2 776,070 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 41,441 g
Zsír : 68,545 g
- telített zsírsav : 10,041 g
Szenhidrat : 119,367 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : mustár

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

Étlap (2017.06.05.-2017.06.30.)

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

Összetevők: 1 adagra vonatkozóan!

2017.06.13. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tavaszi leves
Zöldséges paradicsomos lasagne

Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Energia : 1 066,830 kcal
So : 2 549,545 mg
Fehérje : 50,826 g
Zsir : 46,507 g
- telített zsírsav : 11,258 g
Szenhidrat : 111,108 g
KalciumTejtermek : 214,200 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2017.06.14. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves
Rántott gomba
Rizi-bizi
Majonéz

Energia : 1 510,018 kcal
So : 3 099,702 mg
Fehérje : 46,269 g
Zsir : 85,197 g
- telített zsírsav : 9,868 g
Szenhidrat : 136,475 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2017.06.15. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves csigatészta
Sertés szelet tavasziasan
Snidlinges burgonya püré

Energia : 1 058,590 kcal
So : 2 847,795 mg
Fehérje : 42,109 g
Zsir : 48,246 g
- telített zsírsav : 11,378 g
Szenhidrat : 112,010 g
KalciumTejtermek : 79,800 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : zeller

2017.06.16. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Fokhagymakrém leves
Paprikás csirkecomb
Galuska

Energia : 1 150,212 kcal
So : 1 646,832 mg
Fehérje : 48,192 g
Zsir : 43,355 g
- telített zsírsav : 10,741 g
Szenhidrat : 147,355 g
KalciumTejtermek : 72,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2017.06.19. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Lestyános karalábé leves
Bakonyi csirkeragu
Galuska

Energia : 1 174,523 kcal
So : 1 941,847 mg
Fehérje : 50,387 g
Zsir : 44,705 g
- telített zsírsav : 10,283 g
Szenhidrat : 147,898 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2017.06.20. KEDD

Étkezés: Ebéd

Sárgaborsó leves

Erdélyi rakott káposzta

Energia : 746,230 kcal
So : 6 000,440 mg
Fehérje : 37,592 g
Zsír : 23,294 g
- telített zsírsav : 7,271 g
Szenhidrat : 95,332 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2017.06.21. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Sertés becsinált leves

Rántott karfiol

Petrezselymes burgonya

Tartár mártás

Energia : 1 528,180 kcal
So : 3 183,210 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 40,565 g
Zsír : 89,664 g
- telített zsírsav : 13,037 g
Szenhidrat : 137,930 g
KalciumTejtermek : 48,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2017.06.22. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves

Szezámagos rántott csirkemell

Fél adag rizs köret

Fél adag friss saláta

Energia : 1 015,952 kcal
So : 2 950,045 mg
Fehérje : 50,110 g
Zsír : 49,050 g
- telített zsírsav : 6,829 g
Szenhidrat : 92,533 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : szezámag

2017.06.23. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Bazsalikomos paradicsom leves

Mézes chilis cirkeszárnyak

Kurkumás jázmin rizs

Energia : 807,350 kcal
So : 2 023,050 mg
Mez : 15,500 cu...
Fehérje : 12,083 g
Zsír : 33,141 g
- telített zsírsav : 3,736 g
Szenhidrat : 113,576 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén

2017.06.26. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves

**Friss saláta csirkemell csíkokkal pirított
kenyérkockákkal**

Joghurtos öntet

Energia : 541,430 kcal
So : 2 150,325 mg
Fehérje : 36,026 g
Zsír : 12,693 g
- telített zsírsav : 2,765 g
Szenhidrat : 71,093 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : glutén

2017.06.27. KEDD

Étkezés: Ebéd

Kertész leves
Csáky töltött szelet
Köles

Energia : 1 024,925 kcal
So : 2 670,180 mg
Fehérje : 40,746 g
Zsír : 53,628 g
- telített zsírsav : 11,375 g
Szenhidrat : 94,572 g
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2017.06.28. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Pulykaragu leves
Rántott camambert áfonya lekvárral
Rizs köret

Energia : 1 549,123 kcal
So : 5 460,310 mg
Fehérje : 64,533 g
Zsír : 82,473 g
- telített zsírsav : 27,692 g
Szenhidrat : 134,881 g
KalciumTejtermek : 798,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2017.06.29. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Nyitrai csirkemell
Párolt rizs
Vitamin saláta

Energia : 1 239,520 kcal
So : 4 452,450 mg
Cukor : 20,000 g
Fehérje : 48,130 g
Zsír : 49,475 g
- telített zsírsav : 6,049 g
Szenhidrat : 148,858 g
KalciumTejtermek : 5,700 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2017.06.30. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Hideg alma leves
Sült heck
Majonézes kukoricasaláta

Energia : 1 004,185 kcal
So : 1 544,025 mg
Cukor : 20,000 g
Fehérje : 38,743 g
Zsír : 46,604 g
- telített zsírsav : 9,573 g
Szenhidrat : 107,339 g
KalciumTejtermek : 78,000 mg
Allergen : tej
Allergen : mustár
Allergen : glutén
Allergen : hal