

2017.11.06. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Magyaros burgonya leves
Mexikói sertés ragu
Rizs köret

Energia : 880,830 kcal
So : 1 413,395 mg
Feherje : 36,167 g
Zsir : 28,419 g
- telített zsírsav : 4,879 g
Szenhidrat : 118,034 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2017.11.07. KEDD

Étkezés: Ebéd

Kertész leves
Bakonyi csirkemell
Tarhonya köret

Energia : 892,600 kcal
So : 1 924,307 mg
Feherje : 46,400 g
Zsir : 35,276 g
- telített zsírsav : 6,623 g
Szenhidrat : 96,986 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : zeller

2017.11.08. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Sertés ragu leves
Túrós batyu
Körte

Energia : 837,873 kcal
So : 1 604,985 mg
Cukor : 23,000 g
Feherje : 75,224 g
Zsir : 37,059 g
- telített zsírsav : 9,180 g
Szenhidrat : 92,182 g
KalciumTejtermek : 75,600 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2017.11.09. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves eperlevéllel
Babfőzelék
Sertés pörkölt

Energia : 862,676 kcal
So : 2 018,430 mg
Feherje : 44,742 g
Zsir : 38,686 g
- telített zsírsav : 6,967 g
Szenhidrat : 84,229 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2017.11.10. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Rizsleves
Sült halfilé
Francia saláta

Energia : 790,721 kcal
So : 3 053,010 mg
Cukor : 5,000 g
Feherje : 32,462 g
Zsir : 40,608 g
- telített zsírsav : 5,481 g
Szenhidrat : 73,055 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : hal

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

Allergen : tej
Allergen : mustár

2017.11.13. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Őszi zöldségleves
Darálthúsos rakott zöldbab sajttal sütve

Energia : 863,305 kcal
So : 1 800,447 mg
Fehérje : 36,460 g
Zsir : 42,504 g
- telített zsírsav : 10,054 g
Szenhidrat : 82,347 g
KalciumTejtermek : 126,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tej

2017.11.14. KEDD

Étkezés: Ebéd

Fahéjas almaleves
Hentes szelet
Bulgur

Energia : 834,955 kcal
So : 2 234,860 mg
Cukor : 20,000 g
Fehérje : 38,196 g
Zsir : 26,141 g
- telített zsírsav : 7,279 g
Szenhidrat : 116,866 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : szója
Allergen : glutén
Allergen : tej

2017.11.15. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Nyírségi gombóclevés
Lekváros derelye
Alma

Energia : 830,895 kcal
So : 1 406,435 mg
Cukor : 3,000 g
Fehérje : 30,336 g
Zsir : 19,721 g
- telített zsírsav : 5,276 g
Szenhidrat : 132,591 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2017.11.16. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Kelkáposzta főzelék
Sertés sült

Energia : 764,391 kcal
So : 2 632,700 mg
Fehérje : 43,018 g
Zsir : 36,723 g
- telített zsírsav : 6,772 g
Szenhidrat : 65,248 g
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

2017.11.17. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Tojásleves

Kukoricabundában sült csirke

Sütőtökös rizs

Energia : 883,526 kcal
So : 2 033,110 mg
Fehérje : 43,140 g
Zsir : 35,235 g
- telített zsírsav : 4,999 g
Szenhidrat : 97,194 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén

2017.11.20. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karalábé leves

Bolognai spagetti reszelt sajttal

Energia : 888,322 kcal
So : 2 822,635 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 39,830 g
Zsir : 33,195 g
- telített zsírsav : 7,836 g
Szenhidrat : 107,428 g
KalciumTejtermek : 90,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2017.11.21. KEDD

Étkezés: Ebéd

Csicseriborsó leves

Csirkemájás sertés szelet

Főtt burgonya

Energia : 885,400 kcal
So : 1 653,417 mg
Fehérje : 46,079 g
Zsir : 33,535 g
- telített zsírsav : 7,055 g
Szenhidrat : 97,809 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : mustár
Allergen : tej

2017.11.22. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Frankfurti leves

Kakaós csiga

Narancs

Energia : 893,775 kcal
So : 2 042,420 mg
Cukor : 28,000 g
Fehérje : 62,004 g
Zsir : 33,271 g
- telített zsírsav : 11,556 g
Szenhidrat : 120,059 g
KalciumTejtermek : 52,800 mg
Allergen : tej
Allergen : szója
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2017.11.23. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves

Sóska

Főtt tojás

Fél adag burgonya

Energia : 700,840 kcal
So : 2 074,400 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 25,893 g
Zsir : 30,158 g
- telített zsírsav : 6,692 g
Szenhidrat : 79,236 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

Allergen : tojás

2017.11.24. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Sütötök krémleves pirított zsemlekockával

Párolt halfilé

Fél adag köles

Fél adag rizs

Energia : 882,327 kcal
So : 1 946,312 mg
Cukor : 15,000 g
Feherje : 42,775 g
Zsir : 15,252 g
- telített zsírsav : 3,780 g
Szenhidrat : 142,885 g
KalciumTejtermek : 228,000 mg
Allergen : hal
Allergen : glutén
Allergen : tej

2017.11.27. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves

Lecsós pulykaragu

Fél adag hántolt árpa

Fél adag rizs köret

Energia : 803,045 kcal
So : 2 379,792 mg
Feherje : 31,711 g
Zsir : 33,890 g
- telített zsírsav : 4,452 g
Szenhidrat : 92,170 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2017.11.28. KEDD

Étkezés: Ebéd

Orja leves

Főtt hús

Őszi gyümölcs mártás

Pirított dara

Energia : 867,045 kcal
So : 2 270,930 mg
Cukor : 10,000 g
Feherje : 35,233 g
Zsir : 32,222 g
- telített zsírsav : 7,813 g
Szenhidrat : 108,823 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2017.11.29. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Csirkebecsinált leves

Mákos nudli

Alma

Energia : 894,070 kcal
So : 1 324,700 mg
Cukor : 3,000 g
Feherje : 40,432 g
Zsir : 35,237 g
- telített zsírsav : 8,299 g
Szenhidrat : 105,008 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2017.11.30. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves

Vágott babfőzelék

Vagdalthús

Energia : 768,120 kcal
So : 3 082,970 mg
Feherje : 38,855 g
Zsir : 27,675 g
- telített zsírsav : 6,500 g
Szenhidrat : 92,218 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tojás

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2017.12.01. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Fokhagyma krémleves

Csirkemell sütötökkel sütve

Burgonya püré

Energia : 859,822 kcal
So : 2 041,937 mg
Fehérje : 40,445 g
Zsir : 34,988 g
- telített zsírsav : 11,156 g
Szenhidrat : 94,942 g
KalciumTejtermek : 129,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej