

2017.12.04. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Sertésrizottó sajttal
Cékla

Energia : 881,615 kcal
So : 2 666,650 mg
Feherje : 39,007 g
Zsir : 28,284 g
- telített zsírsav : 5,991 g
Szenhidrat : 115,533 g
KalciumTejtermek : 60,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 881,615 kcal
So : 2 666,650 mg

2017.12.05. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zöldség leves
Almás csirkemell
Fél adag hántolt árpa
Fél adag rizs köret

Energia : 804,810 kcal
So : 2 351,462 mg
Feherje : 38,373 g
Zsir : 26,720 g
- telített zsírsav : 3,075 g
Szenhidrat : 102,301 g
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

Energia : 804,810 kcal
So : 2 351,462 mg

2017.12.06. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Palóc leves
Darás tészta baracklekvárral
Mandarin

Energia : 887,213 kcal
So : 1 682,600 mg
Feherje : 33,961 g
Zsir : 23,442 g
- telített zsírsav : 6,110 g
Szenhidrat : 133,535 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 887,213 kcal
So : 1 682,600 mg

2017.12.07. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Zöldborsó főzelék
Sertés pörkölt

Energia : 832,094 kcal
So : 2 474,377 mg
Feherje : 51,443 g
Zsir : 37,163 g
- telített zsírsav : 6,858 g
Szenhidrat : 72,879 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

Energia : 832,094 kcal
So : 2 474,377 mg

2017.12.08. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Paradicsom leves

Halszeletek

Csöben sült zöldségek

Energia : 837,230 kcal
So : 2 878,830 mg
Cukor : 15,000 g
Feherje : 42,423 g
Zsir : 36,630 g
- telített zsírsav : 8,926 g
Szenhidrat : 84,216 g
KalciumTejtermek : 204,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : hal
Allergen : tej

Energia : 837,230 kcal
So : 2 878,830 mg

2017.12.11. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zeller leves

Györi aprópecsenye

Barna rizs

Csemege uborka

Energia : 870,634 kcal
So : 3 576,182 mg
Feherje : 32,097 g
Zsir : 36,815 g
- telített zsírsav : 6,447 g
Szenhidrat : 102,000 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

Energia : 870,634 kcal
So : 3 576,182 mg

2017.12.12. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves

Natúr csirkemell

Sütőtökös burgonya püré

Energia : 825,065 kcal
So : 1 995,635 mg
Feherje : 41,629 g
Zsir : 30,752 g
- telített zsírsav : 6,373 g
Szenhidrat : 94,041 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

Energia : 825,065 kcal
So : 1 995,635 mg

2017.12.13. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Tárkonyos pulyka raguleves

Káposztás tészta

Narancs

Energia : 806,618 kcal
So : 1 988,870 mg
Cukor : 7,000 g
Feherje : 35,413 g
Zsir : 21,417 g
- telített zsírsav : 3,485 g
Szenhidrat : 116,351 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

Energia : 806,618 kcal
So : 1 988,870 mg

2017.12.14. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves eperlevéllel
Lencse főzelék
Virslis

Energia : 821,256 kcal
So : 3 562,162 mg
Cukor : 4,000 g
Feherje : 47,420 g
Zsir : 35,246 g
- telített zsírsav : 13,312 g
Szenhidrat : 77,940 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tej
Allergen : mustár
Allergen : szója

Energia : 821,256 kcal
So : 3 562,162 mg

2017.12.15. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves
Grillezett csirkemell
Francia saláta

Energia : 800,595 kcal
So : 3 108,232 mg
Cukor : 5,000 g
Feherje : 35,878 g
Zsir : 47,237 g
- telített zsírsav : 6,277 g
Szenhidrat : 57,301 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : mustár

Energia : 800,595 kcal
So : 3 108,232 mg

2017.12.18. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karalábé leves
Kakukkfűves sertés csíkok
Gyömbéres burgonya püré

Energia : 747,657 kcal
So : 2 112,292 mg
Feherje : 33,760 g
Zsir : 32,499 g
- telített zsírsav : 7,961 g
Szenhidrat : 78,440 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 747,657 kcal
So : 2 112,292 mg

2017.12.19. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zöldbab leves
Vajas citromos csirkemell
Petrezselymes rizs köret

Energia : 894,859 kcal
So : 1 969,910 mg
Feherje : 38,429 g
Zsir : 36,142 g
- telített zsírsav : 8,488 g
Szenhidrat : 101,438 g
KalciumTejtermek : 18,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 894,859 kcal
So : 1 969,910 mg

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2017.12.20. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves

Diós tészta

Alma

Energia : 886,928 kcal
So : 1 825,177 mg
Cukor : 8,000 g
Fehérje : 36,179 g
Zsir : 35,687 g
- telített zsírsav : 5,724 g
Szenhidrat : 104,458 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : dió
Allergen : zeller

Energia : 886,928 kcal
So : 1 825,177 mg

2017.12.21. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves

Almás káposzta főzelék

Sült hús

Energia : 739,880 kcal
So : 2 061,145 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 31,251 g
Zsir : 32,006 g
- telített zsírsav : 7,348 g
Szenhidrat : 81,545 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

Energia : 739,880 kcal
So : 2 061,145 mg

2017.12.22. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Brokkoli krémleves pirított zsemlekočka

Sajtos sertésszelet

Párolt rizs

Energia : 879,207 kcal
So : 2 307,767 mg
Fehérje : 38,198 g
Zsir : 39,956 g
- telített zsírsav : 12,158 g
Szenhidrat : 90,147 g
KalciumTejtermek : 156,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 879,207 kcal
So : 2 307,767 mg