

2018.01.02. KEDD

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves

Mandulás csirkemell

Burgonya püré

Energia : 1 075,625 kcal
So : 2 627,897 mg
Fehérje : 45,131 g
Zsír : 49,146 g
- telített zsírsav : 8,732 g
Szenhidrat : 111,355 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : mandula

2018.01.03. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Jókai bableves

Rántott sajt

Rizs köret

Tartár mártás

Energia : 2 201,005 kcal
So : 5 693,175 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 87,299 g
Zsír : 129,807 g
- telített zsírsav : 37,791 g
Szenhidrat : 168,404 g
KalciumTejtermek : 888,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.01.04. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Grízgaluska leves

Töltött dagadó

Burgonya köret

Vegyes savanyúság

Energia : 1 400,100 kcal
So : 2 743,910 mg
Fehérje : 38,634 g
Zsír : 84,435 g
- telített zsírsav : 28,836 g
Szenhidrat : 115,363 g
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.01.05. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Rizsleves

Óvári sertés szelet

Kuszkusz

Energia : 790,181 kcal
So : 2 666,540 mg
Fehérje : 36,487 g
Zsír : 46,776 g
- telített zsírsav : 8,537 g
Szenhidrat : 54,694 g
KalciumTejtermek : 82,800 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : szója

2018.01.08. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Vágottborsó leves

Rántott csirkemell

Zöldborsós burgonya püré

Energia : 1 086,740 kcal
So : 2 645,145 mg
Fehérje : 53,390 g
Zsír : 38,529 g
- telített zsírsav : 7,638 g
Szenhidrat : 130,011 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2018.01.09. KEDD

Étkezés: Ebéd

Csurgatott leves	Energia	: 1 177,446 kcal
Rántott sertésmáj	So	: 2 997,135 mg
Petrzselymes burgonya	Feherje	: 41,723 g
Cékla	Zsir	: 60,038 g
	- telített zsírsav	: 8,483 g
	Szenhidrat	: 115,935 g
	Allergen	: tojás
	Allergen	: glutén

2018.01.10. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves	Energia	: 1 526,453 kcal
Rántott gomba	So	: 3 116,827 mg
Rizs köret	Cukor	: 10,000 g
Tartár mártás	Feherje	: 45,351 g
	Zsir	: 83,801 g
	- telített zsírsav	: 10,727 g
	Szenhidrat	: 144,680 g
	KalciumTejtermek	: 18,000 mg
	Allergen	: glutén
	Allergen	: tojás
	Allergen	: tej
	Allergen	: zeller

2018.01.11. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves vele főtt zöldségekkel, tésztával	Energia	: 665,515 kcal
Mézes chilis csirke szárnyak	So	: 1 219,835 mg
Kurkumás jázmin rizs	Mez	: 0,500 cu...
	Feherje	: 9,998 g
	Zsir	: 29,809 g
	- telített zsírsav	: 3,399 g
	Szenhidrat	: 87,242 g
	Allergen	: tojás
	Allergen	: glutén
	Allergen	: zeller

2018.01.12. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Gyümölcs leves	Energia	: 918,785 kcal
Sült heck	So	: 1 030,975 mg
Majonézes kukorica saláta	Cukor	: 15,000 g
	Feherje	: 38,091 g
	Zsir	: 40,442 g
	- telített zsírsav	: 8,219 g
	Szenhidrat	: 99,982 g
	KalciumTejtermek	: 66,000 mg
	Allergen	: tej
	Allergen	: mustár
	Allergen	: glutén
	Allergen	: hal

2018.01.15. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Minestrone leves	Energia	: 1 169,215 kcal
Cordon bleu	So	: 3 524,060 mg
Rizi-bizi	Feherje	: 50,899 g
	Zsir	: 50,827 g
	- telített zsírsav	: 10,923 g
	Szenhidrat	: 125,189 g
	KalciumTejtermek	: 131,400 mg
	Allergen	: zeller
	Allergen	: tojás
	Allergen	: glutén

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

Allergen : tej
Allergen : szója

2018.01.16. KEDD

Étkezés: Ebéd

Csontleves eperlevéllel
Töltött sertésszelet
Köles

Energia : 930,085 kcal
So : 2 843,045 mg
Fehérje : 41,222 g
Zsir : 38,763 g
- telített zsírsav : 6,433 g
Szenhidrat : 104,449 g
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.01.17. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Lencsegulyás
Rántott karfiol
Főtt burgonya
Tartár mártás

Energia : 1 605,100 kcal
So : 1 682,760 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 48,164 g
Zsir : 86,133 g
- telített zsírsav : 12,062 g
Szenhidrat : 157,433 g
KalciumTejtermek : 42,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : mustár

2018.01.18. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Köménymag leves pirított zsemlekockával
Nyitrai szelet
Párolt rizs

Energia : 1 052,780 kcal
So : 1 999,885 mg
Fehérje : 36,195 g
Zsir : 55,641 g
- telített zsírsav : 8,322 g
Szenhidrat : 100,805 g
KalciumTejtermek : 5,700 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.01.19. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Fokhagymás flekken
Burgonya

Energia : 1 253,651 kcal
So : 1 830,922 mg
Fehérje : 29,618 g
Zsir : 85,765 g
- telített zsírsav : 4,174 g
Szenhidrat : 88,965 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.01.22. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karfiol krémleves
Brüni sertés szelet
Rizs köret

Energia : 1 212,522 kcal
So : 2 060,977 mg
Fehérje : 42,355 g
Zsir : 58,256 g
- telített zsírsav : 10,408 g
Szenhidrat : 128,404 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2018.01.23. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zeller leves
Milánói sertésborda

Energia : 993,839 kcal
So : 3 252,072 mg
Fehérje : 48,500 g
Zsir : 36,364 g
- telített zsírsav : 7,535 g
Szenhidrat : 117,986 g
KalciumTejtermek : 60,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.01.24. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Frankfurti leves
Ránótott gombafejek
Rizs köret
Majonéz

Energia : 1 554,325 kcal
So : 4 108,720 mg
Fehérje : 42,691 g
Zsir : 91,540 g
- telített zsírsav : 15,600 g
Szenhidrat : 137,386 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : szója
Allergen : tej

2018.01.25. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Sertés sült tavasziasan
Snidlinges burgonya puré

Energia : 886,480 kcal
So : 2 633,727 mg
Fehérje : 46,386 g
Zsir : 36,313 g
- telített zsírsav : 8,616 g
Szenhidrat : 91,851 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.01.26. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Disznótoros
Burgonya
Bajor káposzta

Energia : 1 973,318 kcal
So : 11 128,827 mg
Cukor : 2,000 g
Fehérje : 65,009 g
Zsir : 143,225 g
- telített zsírsav : 12,313 g
Szenhidrat : 102,789 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.01.29. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karalábé leves
Parasztos csirkemell
Petrezselymes burgonya

Energia : 937,452 kcal
So : 2 075,927 mg
Fehérje : 41,169 g
Zsir : 44,030 g
- telített zsírsav : 8,667 g
Szenhidrat : 92,691 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.01.30. KEDD

Étkezés: Ebéd

Vegyes zöldségleves
Cigánypecsenye
Burgonya köret
Csemege uborka

Energia : 960,430 kcal
So : 4 558,212 mg
Feherje : 35,322 g
Zsir : 47,393 g
- telített zsírsav : 10,326 g
Szenhidrat : 96,720 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.01.31. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Beccsínált leves
Rántott padlizsán
Petrezselymes burgonya
Majonézes öntet

Energia : 1 460,885 kcal
So : 2 127,585 mg
Feherje : 37,882 g
Zsir : 87,585 g
- telített zsírsav : 11,831 g
Szenhidrat : 128,725 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : zeller

2018.02.01. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Lebbencs leves
Szezámmagos csirkemell
Fél adag rizs köret
Fél adag friss saláta

Energia : 1 067,779 kcal
So : 2 702,785 mg
Feherje : 43,740 g
Zsir : 48,663 g
- telített zsírsav : 6,589 g
Szenhidrat : 112,103 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : szezámmag

2018.02.02. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Tejfölös zöldbableves gerslivel
Szalontüdő
Zsemlegombóc

Energia : 980,255 kcal
So : 4 070,967 mg
Feherje : 67,781 g
Zsir : 40,341 g
- telített zsírsav : 8,892 g
Szenhidrat : 87,102 g
KalciumTejtermek : 48,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : mustár
Allergen : tojás