

2018.02.05. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Hentes tokány
Bulgur

Energia : 825,755 kcal
So : 2 710,255 mg
Fehérje : 39,861 g
Zsir : 29,841 g
- telített zsírsav : 5,910 g
Szenhidrat : 103,798 g
Allergen : szója
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.02.06. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zeller leves
Bakonyi sertés szelet
Petrezselymes rizs

Energia : 894,554 kcal
So : 2 038,082 mg
Fehérje : 36,291 g
Zsir : 36,595 g
- telített zsírsav : 7,700 g
Szenhidrat : 103,282 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : zeller
Allergen : tojás

2018.02.07. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Baromfi raguleves
Burgonyás tészta
Csemege uborka

Energia : 867,358 kcal
So : 3 922,620 mg
Fehérje : 38,343 g
Zsir : 25,206 g
- telített zsírsav : 4,260 g
Szenhidrat : 119,763 g
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.02.08. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Vágottborsó főzelék
Fokhagymás sült sertés falatok

Energia : 895,507 kcal
So : 2 374,442 mg
Fehérje : 54,333 g
Zsir : 40,514 g
- telített zsírsav : 6,958 g
Szenhidrat : 78,443 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén

2018.02.09. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Francia hagymaleves pirított zsemlekockával
Fűszeres sült csirkemell csíkok sajtmártással
Párolt zöldségek

Energia : 744,417 kcal
So : 2 418,745 mg
Fehérje : 49,182 g
Zsir : 35,787 g
- telített zsírsav : 15,148 g
Szenhidrat : 56,414 g
KalciumTejtermek : 237,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

2018.02.12. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zöldbab leves

Brassói aprópecsenye

Tört burgonya

Csemege uborka

Energia : 764,365 kcal
So : 3 805,687 mg
Feherje : 32,478 g
Zsir : 29,756 g
- telített zsírsav : 4,901 g
Szenhidrat : 90,071 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.02.13. KEDD

Étkezés: Ebéd

Köménymag leves pirított zsemlekockával

Vadas csirkemell

Főtt tészta

Energia : 847,368 kcal
So : 1 789,817 mg
Cukor : 5,000 g
Feherje : 43,311 g
Zsir : 31,810 g
- telített zsírsav : 5,954 g
Szenhidrat : 97,367 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : mustár

2018.02.14. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Becsinált leves

Túrós batyu

Narancs

Energia : 786,655 kcal
So : 997,435 mg
Cukor : 25,000 g
Feherje : 66,702 g
Zsir : 26,273 g
- telített zsírsav : 8,335 g
Szenhidrat : 104,567 g
KalciumTejtermek : 78,800 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.02.15. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tojásleves

Brokkoli főzelék

Húsgombóc

Energia : 840,276 kcal
So : 1 945,455 mg
Feherje : 37,212 g
Zsir : 37,453 g
- telített zsírsav : 8,409 g
Szenhidrat : 87,556 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.02.16. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Bazsalikomos paradicsom leves

Zöldséges halfilé

Párolt rizs

Energia : 875,935 kcal
So : 2 275,635 mg
Cukor : 15,000 g
Feherje : 36,513 g
Zsir : 23,275 g
- telített zsírsav : 2,760 g
Szenhidrat : 128,858 g
Allergen : glutén
Allergen : hal
Allergen : tojás

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2018.02.19. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Burgonya leves

Csirkemáj rizottó reszelt sajttal

Cékla

Energia : 873,465 kcal
So : 2 815,905 mg
Fehérje : 40,176 g
Zsir : 26,219 g
- telített zsírsav : 5,276 g
Szenhidrat : 116,794 g
KalciumTejtermek : 90,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.02.20. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves

Temesvári sertés szelet

Hántolt árpa

Energia : 886,810 kcal
So : 2 034,800 mg
Fehérje : 35,690 g
Zsir : 38,562 g
- telített zsírsav : 7,585 g
Szenhidrat : 97,991 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.02.21. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Húsgombóc leves

Szilvás gombóc

Kiwi

Energia : 863,580 kcal
So : 1 569,310 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 25,456 g
Zsir : 20,911 g
- telített zsírsav : 3,003 g
Szenhidrat : 140,279 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.02.22. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves

Kelkáposzta főzelék

Sült virsli

Energia : 731,264 kcal
So : 3 867,885 mg
Fehérje : 36,119 g
Zsir : 37,337 g
- telített zsírsav : 12,044 g
Szenhidrat : 62,608 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : szója

2018.02.23. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Fahéjas almaleves

Natúr csirkemell

Sárgarépás burgonya püré

Energia : 748,231 kcal
So : 1 466,840 mg
Cukor : 20,000 g
Fehérje : 37,082 g
Zsir : 21,666 g
- telített zsírsav : 7,361 g
Szenhidrat : 100,290 g
KalciumTejtermek : 93,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej

2018.02.26. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves
Baromfi rizseshús
Vegyes savanyúság

Energia : 734,400 kcal
So : 1 406,527 mg
Feherje : 32,752 g
Zsir : 19,938 g
- telített zsírsav : 3,219 g
Szenhidrat : 103,890 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.02.27. KEDD

Étkezés: Ebéd

Lestyános karalábé leves
Magyaros sertés szelet
Házi tarhonya

Energia : 879,697 kcal
So : 2 596,325 mg
Feherje : 40,202 g
Zsir : 38,111 g
- telített zsírsav : 6,822 g
Szenhidrat : 93,705 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén

2018.02.28. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves
Lekváros bukta
Mandarin

Energia : 786,228 kcal
So : 1 465,952 mg
Cukor : 7,000 g
Feherje : 63,929 g
Zsir : 22,195 g
- telített zsírsav : 5,232 g
Szenhidrat : 116,231 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.03.01. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves eperlevéllel
Lencse főzelék
Sertés pörkölt

Energia : 854,291 kcal
So : 2 127,247 mg
Cukor : 4,000 g
Feherje : 48,274 g
Zsir : 34,771 g
- telített zsírsav : 7,115 g
Szenhidrat : 87,236 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : mustár
Allergen : tej

2018.03.02. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zöldség leves
Rántott halfilé tepsiben sütve
Barna rizs

Energia : 898,660 kcal
So : 2 378,462 mg
Feherje : 38,493 g
Zsir : 29,950 g
- telített zsírsav : 4,193 g
Szenhidrat : 118,261 g
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : hal