

2018.03.05. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Vágottborsó leves

Pirított csirkemáj

Párolt rizs

Vegyes savanyúság

Energia : 897,270 kcal
So : 1 862,607 mg
Feherje : 40,643 g
Zsir : 26,352 g
- telített zsírsav : 3,112 g
Szenhidrat : 122,859 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.03.06. KEDD

Étkezés: Ebéd

Paradicsom leves

Tavaszi sertés szelet

Főtt burgonya

Csemege uborka

Energia : 864,875 kcal
So : 4 200,635 mg
Cukor : 8,000 g
Feherje : 35,490 g
Zsir : 33,735 g
- telített zsírsav : 5,498 g
Szenhidrat : 103,471 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.03.07. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Nyírségi gombócleves

Darás metélt barackízzel

Mandarin

Energia : 896,655 kcal
So : 1 321,085 mg
Feherje : 34,548 g
Zsir : 26,430 g
- telített zsírsav : 6,622 g
Szenhidrat : 128,690 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : zeller

2018.03.08. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Lebbencs leves

Finomfőzelék

Virslis

Energia : 897,309 kcal
So : 4 233,910 mg
Feherje : 39,330 g
Zsir : 42,582 g
- telített zsírsav : 13,611 g
Szenhidrat : 87,687 g
KalciumTejtermek : 45,600 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : szója

2018.03.09. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Fokhagyma krémleves

Mediterrán csirkemell

Zöldséges kuskusz

Energia : 725,592 kcal
So : 2 455,937 mg
Feherje : 41,423 g
Zsir : 38,992 g
- telített zsírsav : 10,243 g
Szenhidrat : 51,955 g
KalciumTejtermek : 186,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

2018.03.12. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves vele főtt zöldségekkel
Bolognai spagetti reszelt sajttal

Energia : 863,050 kcal
So : 2 790,172 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 40,648 g
Zsir : 26,807 g
- telített zsírsav : 7,363 g
Szenhidrat : 114,625 g
KalciumTejtermek : 90,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.03.13. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tejfölös zöldbableves
Natúr sertés szelet
Rizi-bizi
Cékla

Energia : 889,345 kcal
So : 2 480,860 mg
Fehérje : 36,382 g
Zsir : 32,386 g
- telített zsírsav : 5,856 g
Szenhidrat : 111,181 g
KalciumTejtermek : 12,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2018.03.14. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Becsinált leves
Pizzás csiga
Kivi

Energia : 826,685 kcal
So : 2 407,785 mg
Fehérje : 69,582 g
Zsir : 35,140 g
- telített zsírsav : 10,079 g
Szenhidrat : 90,959 g
KalciumTejtermek : 58,800 mg
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : szója
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.03.16. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Joghurtos gyümölcs leves
Szezámagos rántott halfilé
Burgonya püré

Energia : 832,270 kcal
So : 2 434,640 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 38,051 g
Zsir : 28,259 g
- telített zsírsav : 7,659 g
Szenhidrat : 104,672 g
KalciumTejtermek : 93,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : hal
Allergen : szezámag
Allergen : tojás

2018.03.19. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Csirkepaprikás
Barna rizs

Energia : 897,725 kcal
So : 1 926,635 mg
Fehérje : 35,867 g
Zsir : 34,904 g
- telített zsírsav : 6,993 g
Szenhidrat : 109,964 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.03.20. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tojásleves
Hentes szelet
Burgonya köret

Energia : 867,001 kcal
So : 2 725,045 mg
Fehérje : 38,965 g
Zsir : 41,209 g
- telített zsírsav : 8,010 g
Szenhidrat : 83,936 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : szója

2018.03.21. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Pulyka raguleves
Káposztás kocka
Narancs

Energia : 881,378 kcal
So : 1 993,495 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 35,793 g
Zsir : 26,532 g
- telített zsírsav : 4,032 g
Szenhidrat : 123,063 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.03.22. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Zöldborsó főzelék
Sertés sült

Energia : 880,504 kcal
So : 2 583,112 mg
Fehérje : 53,991 g
Zsir : 41,286 g
- telített zsírsav : 7,841 g
Szenhidrat : 72,990 g
KalciumTejtermek : 45,600 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2018.03.23. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Karalábé leves
Ananászos csirkemell
Bulgur

Energia : 884,997 kcal
So : 1 934,322 mg
Fehérje : 43,528 g
Zsir : 28,717 g
- telített zsírsav : 5,748 g
Szenhidrat : 117,686 g
KalciumTejtermek : 42,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2018.03.26. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves
Szerb tarhonyáshús
Cékla

Energia : 893,280 kcal
So : 2 597,182 mg
Feherje : 38,765 g
Zsir : 29,816 g
- telített zsírsav : 5,662 g
Szenhidrat : 116,316 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.03.27. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zeller leves
Párolt sertésszelet
Meggymártás
Pirított dara

Energia : 891,809 kcal
So : 2 018,672 mg
Cukor : 17,000 g
Feherje : 36,632 g
Zsir : 27,555 g
- telített zsírsav : 7,318 g
Szenhidrat : 123,593 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.03.28. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Betyár leves
Túrós batyu
Alma

Energia : 897,640 kcal
So : 1 689,395 mg
Cukor : 30,000 g
Feherje : 74,166 g
Zsir : 30,426 g
- telített zsírsav : 10,604 g
Szenhidrat : 117,034 g
KalciumTejtermek : 115,000 mg
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.03.29. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves csigatésztával
Babfőzelék
Vagdalthús

Energia : 801,901 kcal
So : 2 879,045 mg
Feherje : 46,399 g
Zsir : 25,092 g
- telített zsírsav : 5,564 g
Szenhidrat : 98,641 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tej