

2018.06.04. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Kapros karfiol leves

Lecsós csirkemáj

Bulgur

Csemege uborka

Energia : 886,845 kcal
So : 3 845,222 mg
Fehérje : 42,655 g
Zsir : 32,551 g
- telített zsírsav : 3,801 g
Szenhidrat : 110,575 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.06.05. KEDD

Étkezés: Ebéd

Csurgatott tojásleves

Fokhagymás-tejfölös sertésszelet

Sárgarépás rizs

Energia : 883,656 kcal
So : 1 952,655 mg
Fehérje : 38,275 g
Zsir : 36,952 g
- telített zsírsav : 7,987 g
Szenhidrat : 98,644 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.06.06. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Palóc leves

Darás tészta baracklekvárral

Alma

Energia : 889,253 kcal
So : 1 690,100 mg
Fehérje : 33,661 g
Zsir : 25,538 g
- telített zsírsav : 6,356 g
Szenhidrat : 130,735 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.06.07. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Francia hagymaleves pirított zsemlekockával

Finomfőzelék

Virsli

Energia : 863,265 kcal
So : 4 192,010 mg
Fehérje : 38,498 g
Zsir : 42,577 g
- telített zsírsav : 16,377 g
Szenhidrat : 80,611 g
KalciumTejtermek : 98,400 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : szója

2018.06.08. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Burgonya leves

Citromos halfilé

Tavaszi barna rizs

Energia : 899,975 kcal
So : 2 021,760 mg
Fehérje : 36,751 g
Zsir : 29,864 g
- telített zsírsav : 7,063 g
Szenhidrat : 118,730 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : hal
Allergen : tej

2018.06.11. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Gyümölcsös pulykaragu
Párolt rizs

Energia : 851,825 kcal
So : 1 916,080 mg
Cukor : 15,000 g
Feherje : 35,214 g
Zsir : 21,463 g
- telített zsírsav : 4,967 g
Szenhidrat : 128,210 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2018.06.12. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tavaszi leves
Gombás sertésszelet
Házi tarhonya

Energia : 882,120 kcal
So : 2 514,540 mg
Feherje : 45,671 g
Zsir : 33,397 g
- telített zsírsav : 7,189 g
Szenhidrat : 99,313 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.06.13. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves
Sajtos pogácsa
Cseresznye

Energia : 724,378 kcal
So : 1 591,727 mg
Feherje : 62,263 g
Zsir : 27,807 g
- telített zsírsav : 8,466 g
Szenhidrat : 89,404 g
KalciumTejtermek : 40,800 mg
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.06.14. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves csigatésztával
Lencse főzelék
Sült hús

Energia : 832,361 kcal
So : 2 049,947 mg
Cukor : 4,000 g
Feherje : 47,810 g
Zsir : 38,073 g
- telített zsírsav : 7,602 g
Szenhidrat : 74,537 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : mustár

2018.06.15. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zeller krémleves

Szezámagos rántott csirkemell

Párolt zöldségek

Energia : 842,652 kcal
So : 2 257,582 mg
Fehérje : 45,878 g
Zsir : 40,961 g
- telített zsírsav : 7,479 g
Szenhidrat : 72,163 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : szezámag

2018.06.18. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Lestyános karalábé leves

Sertés pörkölt

Hántolt árpa

Vegyes savanyúság

Energia : 858,752 kcal
So : 1 941,782 mg
Fehérje : 33,807 g
Zsir : 35,715 g
- telített zsírsav : 5,160 g
Szenhidrat : 100,387 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.06.19. KEDD

Étkezés: Ebéd

Sárgaribizs leves

Dubarry csirkemell

Burgonya püré

Energia : 896,390 kcal
So : 2 428,095 mg
Fehérje : 52,313 g
Zsir : 27,884 g
- telített zsírsav : 9,122 g
Szenhidrat : 107,699 g
KalciumTejtermek : 164,100 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.06.20. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Sertés becsináltleves

Káposztás tészta

Alma

Energia : 895,140 kcal
So : 1 945,745 mg
Cukor : 7,000 g
Fehérje : 35,345 g
Zsir : 29,233 g
- telített zsírsav : 6,487 g
Szenhidrat : 122,689 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : zeller

2018.06.21. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves

Brokkoli főzelék

Húsgombóc

Energia : 892,105 kcal
So : 2 379,052 mg
Fehérje : 42,971 g
Zsir : 35,783 g
- telített zsírsav : 8,263 g
Szenhidrat : 98,037 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2018.06.22. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Bazsalikomos paradicsom leves
Zöldséges halfilé
Főtt burgonya
Csemege uborka

Energia : 888,205 kcal
So : 4 221,985 mg
Cukor : 15,000 g
Feherje : 36,992 g
Zsir : 29,612 g
- telített zsírsav : 3,619 g
Szenhidrat : 116,762 g
Allergen : glutén
Allergen : hal
Allergen : tojás

2018.06.25. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Kertész leves
Natúr sertésszelet
Párolt rizs
Cékla

Energia : 889,905 kcal
So : 2 888,105 mg
Feherje : 34,896 g
Zsir : 34,258 g
- telített zsírsav : 5,392 g
Szenhidrat : 108,690 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.06.26. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves
Darálthúsos rakott zöldbab reszelt sajttal

Energia : 890,045 kcal
So : 2 003,285 mg
Feherje : 38,363 g
Zsir : 40,605 g
- telített zsírsav : 11,485 g
Szenhidrat : 90,323 g
KalciumTejtermek : 162,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2018.06.27. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Pulykaraguleves
Túrós batyu
Cseresznye

Energia : 835,603 kcal
So : 1 635,535 mg
Cukor : 25,000 g
Feherje : 76,859 g
Zsir : 30,955 g
- telített zsírsav : 8,026 g
Szenhidrat : 103,508 g
KalciumTejtermek : 75,600 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.06.28. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Zöldborsó főzelék
Sertés pörkölt

Energia : 765,004 kcal
So : 1 957,270 mg
Feherje : 44,107 g
Zsir : 33,880 g
- telített zsírsav : 5,491 g
Szenhidrat : 71,189 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2018.06.29. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Hideg almaleves

Zöldfűszeres sült csirkemell

Burgonya püré

Fejes saláta

Energia : 871,030 kcal
So : 2 474,515 mg
Cukor : 30,000 g
Feherje : 38,164 g
Zsir : 30,272 g
- telített zsírsav : 9,935 g
Szenhidrat : 110,080 g
KalciumTejtermek : 121,800 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
