

2018.07.02. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zeller leves
Sárgarépás csirketokány póréhagymával
Árpagyöngy

Energia : 840,324 kcal
So : 2 070,270 mg
Fehérje : 32,856 g
Zsir : 33,839 g
- telített zsírsav : 4,594 g
Szenhidrat : 100,667 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.07.03. KEDD

Étkezés: Ebéd

Bableves
Lecsós sertés szelet
Petrezselymes rizs

Energia : 896,285 kcal
So : 1 917,380 mg
Fehérje : 42,283 g
Zsir : 26,567 g
- telített zsírsav : 4,512 g
Szenhidrat : 120,688 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.07.04. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Legényfogó leves
Burgonyás tészta
Csemege uborka

Energia : 834,700 kcal
So : 3 704,660 mg
Fehérje : 38,371 g
Zsir : 22,205 g
- telített zsírsav : 4,472 g
Szenhidrat : 118,984 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2018.07.05. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tojásleves
Kapros tökfőzelék
Csirkepörkölt

Energia : 756,521 kcal
So : 1 999,570 mg
Fehérje : 34,125 g
Zsir : 44,550 g
- telített zsírsav : 9,285 g
Szenhidrat : 55,769 g
KalciumTejtermek : 48,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2018.07.06. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Roston sült halfilé
Majonézes burgonya

Energia : 853,760 kcal
So : 2 121,020 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 36,876 g
Zsir : 36,665 g
- telített zsírsav : 5,625 g
Szenhidrat : 92,394 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : mustár
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : hal

2018.07.09. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karfiol krémleves

Tarhonyáshús pulykacombból

Fejes saláta

Energia : 873,406 kcal
So : 2 541,367 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 40,478 g
Zsir : 27,933 g
- telített zsírsav : 6,502 g
Szenhidrat : 114,388 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.07.10. KEDD

Étkezés: Ebéd

Kertész leves

Sült csirkemell

Sárgarépás burgonyapüré

Cékla

Energia : 769,585 kcal
So : 3 052,355 mg
Fehérje : 39,086 g
Zsir : 26,672 g
- telített zsírsav : 5,909 g
Szenhidrat : 91,175 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller
Allergen : glutén

2018.07.11. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Sertés raguleves

Kakaós csiga

Cseresznye

Energia : 729,183 kcal
So : 1 111,860 mg
Cukor : 23,000 g
Fehérje : 63,566 g
Zsir : 22,558 g
- telített zsírsav : 5,432 g
Szenhidrat : 101,360 g
KalciumTejtermek : 22,800 mg
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.07.12. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Lebbencs leves

Székelykáposzta

Rozskenyér

Energia : 867,337 kcal
So : 4 068,787 mg
Fehérje : 37,078 g
Zsir : 32,230 g
- telített zsírsav : 7,380 g
Szenhidrat : 106,601 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2018.07.13. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Paradicsom leves

Szezámagos rántott sertésszelet

Párolt zöldségek

Energia : 875,080 kcal
So : 2 578,150 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 41,905 g
Zsir : 43,110 g
- telített zsírsav : 6,769 g
Szenhidrat : 79,610 g
Allergen : glutén

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

Allergen : tojás
Allergen : szezámag

2018.07.16. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Tejfölös zöldbableves
Baromfi rizseshús
Vitamin saláta

Energia : 829,770 kcal
So : 1 455,190 mg
Fehérje : 33,930 g
Zsir : 28,217 g
- telített zsírsav : 6,164 g
Szenhidrat : 107,770 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : glutén

2018.07.17. KEDD

Étkezés: Ebéd

Karalábé leves
Sajtós sertésszelet
Főtt burgonya
Csemege uborka

Energia : 839,632 kcal
So : 4 286,432 mg
Fehérje : 38,234 g
Zsir : 37,358 g
- telített zsírsav : 9,670 g
Szenhidrat : 85,781 g
KalciumTejtermek : 120,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.07.18. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Frankfurti leves
Mákos tészta
Körte

Energia : 859,645 kcal
So : 2 771,320 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 31,351 g
Zsir : 35,103 g
- telített zsírsav : 9,787 g
Szenhidrat : 103,527 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : szója
Allergen : tej

2018.07.19. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Spenót
Tojás
Fél adag burgonya köret

Energia : 867,987 kcal
So : 2 898,605 mg
Fehérje : 43,056 g
Zsir : 42,347 g
- telített zsírsav : 8,552 g
Szenhidrat : 78,105 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2018.07.20. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Vegyes zöldség leves
Sült halfilé paprikás mártással
Rizs köret

Energia : 884,570 kcal
So : 2 005,932 mg
Fehérje : 36,785 g
Zsir : 32,301 g
- telített zsírsav : 5,772 g
Szenhidrat : 110,161 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : zeller

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : hal

2018.07.23. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Minestrone leves

Györi aprópecsenye baromfiból

Bulgur

Csemege uborka

Energia : 756,220 kcal
So : 4 176,307 mg
Fehérje : 35,179 g
Zsir : 28,007 g
- telített zsírsav : 4,998 g
Szenhidrat : 94,925 g
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

2018.07.24. KEDD

Étkezés: Ebéd

Köménymag leves pirított zsemlekockával

Vadas sertésszelet

Főtt tészta

Energia : 896,368 kcal
So : 1 674,817 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 39,611 g
Zsir : 38,910 g
- telített zsírsav : 8,154 g
Szenhidrat : 97,267 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : mustár

2018.07.25. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves

Rizsfelfűjt

Alma kompót

Energia : 891,128 kcal
So : 1 681,265 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 34,349 g
Zsir : 21,757 g
- telített zsírsav : 7,275 g
Szenhidrat : 136,973 g
KalciumTejtermek : 148,200 mg
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.07.26. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves finommetélttel

Sárgaborsó főzelék

Sertés sült

Energia : 811,490 kcal
So : 1 938,852 mg
Fehérje : 43,265 g
Zsir : 40,056 g
- telített zsírsav : 6,040 g
Szenhidrat : 69,469 g
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

2018.07.27. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Ananászos csirkemell
Burgonya püré

Energia : 860,465 kcal
So : 2 045,910 mg
Fehérje : 42,954 g
Zsir : 30,159 g
- telített zsírsav : 9,034 g
Szenhidrat : 102,664 g
KalciumTejtermek : 105,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.07.30. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Natúr csirkemell
Burgonya köret
Cékla

Energia : 808,535 kcal
So : 2 814,105 mg
Fehérje : 40,941 g
Zsir : 26,460 g
- telített zsírsav : 3,283 g
Szenhidrat : 100,165 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.07.31. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves
Zabpelyhes rakott karfiol reszelt sajttal

Energia : 839,285 kcal
So : 2 024,710 mg
Fehérje : 38,986 g
Zsir : 34,781 g
- telített zsírsav : 10,207 g
Szenhidrat : 90,550 g
KalciumTejtermek : 126,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.08.01. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Baromfi becsinál leves
Túrós tészta
Őszibarack

Energia : 774,525 kcal
So : 1 942,385 mg
Fehérje : 40,924 g
Zsir : 26,591 g
- telített zsírsav : 10,085 g
Szenhidrat : 92,101 g
KalciumTejtermek : 106,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.08.02. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves
Húsgombócok paradicsommártással
Fél adag burgonya köret

Energia : 889,095 kcal
So : 2 385,535 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 35,611 g
Zsir : 29,631 g
- telített zsírsav : 5,266 g
Szenhidrat : 118,391 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.08.03. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Vegyes gyümölcsleves
Rántott halfilé tepsiben sütve
Barna rizs

Energia : 801,610 kcal
So : 1 676,162 mg
Cukor : 12,000 g
Feherje : 34,761 g
Zsir : 23,669 g
- telített zsírsav : 5,425 g
Szenhidrat : 111,766 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : hal
Allergen : tojás
