

2018.07.02. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zeller leves

Natúr szelet gomba raguval

Rizi-bizi

Vitamin saláta

Energia : 950,194 kcal
So : 2 039,932 mg
Fehérje : 38,243 g
Zsir : 39,741 g
- telített zsírsav : 8,045 g
Szenhidrat : 107,806 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

2018.07.03. KEDD

Étkezés: Ebéd

Bableves

Rakott burgonya

Csemege uborka

Energia : 1 287,615 kcal
So : 8 696,260 mg
Fehérje : 51,453 g
Zsir : 69,282 g
- telített zsírsav : 16,661 g
Szenhidrat : 112,112 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.07.04. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Legényfogó leves

Aranygaluska

Vanília öntet

Energia : 978,841 kcal
So : 1 483,700 mg
Cukor : 43,300 g
Fehérje : 69,733 g
Zsir : 33,840 g
- telített zsírsav : 8,070 g
Szenhidrat : 133,921 g
KalciumTejtermek : 160,800 mg
Allergen : tej
Allergen : dió
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.07.05. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tojásleves

Karalábé főzelék

Vagdalthús

Energia : 970,661 kcal
So : 2 977,220 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 39,716 g
Zsir : 54,774 g
- telített zsírsav : 8,458 g
Szenhidrat : 81,410 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2018.07.06. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves

Marha pörkölt

Galuska

Csemege uborka

Energia : 1 185,840 kcal
So : 3 831,477 mg
Fehérje : 48,038 g
Zsir : 46,031 g
- telített zsírsav : 11,133 g
Szenhidrat : 149,697 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2018.07.09. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karfiol krémleves

Kukoricás sertésragu

Hántolt árpa

Energia : 901,260 kcal
So : 1 896,457 mg
Fehérje : 35,403 g
Zsir : 37,235 g
- telített zsírsav : 7,498 g
Szenhidrat : 106,067 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2018.07.10. KEDD

Étkezés: Ebéd

Kertész leves

Hentes tokány

Bulgur

Energia : 811,445 kcal
So : 2 724,980 mg
Fehérje : 37,686 g
Zsir : 30,862 g
- telített zsírsav : 5,995 g
Szenhidrat : 100,055 g
Allergen : szója
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

2018.07.11. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Sertés raguleves

Káposztás tészta

Cseresznye

Energia : 862,268 kcal
So : 1 986,620 mg
Cukor : 7,000 g
Fehérje : 35,883 g
Zsir : 25,097 g
- telített zsírsav : 4,456 g
Szenhidrat : 121,506 g
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.07.12. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Lebbencs leves

Töltött paprika

Fél adag burgonya

Energia : 1 006,784 kcal
So : 2 056,745 mg
Cukor : 20,000 g
Fehérje : 37,539 g
Zsir : 33,641 g
- telített zsírsav : 6,166 g
Szenhidrat : 136,042 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.07.13. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Paradicsom leves

Cigánypecsenye

Burgonya köret

Csemege uborka

Energia : 1 019,840 kcal
So : 4 853,850 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 34,909 g
Zsir : 50,465 g
- telített zsírsav : 10,639 g
Szenhidrat : 104,999 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.07.16. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

**Tejfölös zöldbableves
Göngyölthús
Petrezselymes burgonya
Csemege uborka**

Energia : 993,485 kcal
So : 4 331,960 mg
Fehérje : 39,473 g
Zsir : 47,112 g
- telített zsírsav : 9,340 g
Szenhidrat : 101,061 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.07.17. KEDD

Étkezés: Ebéd

**Karalábé leves
Borsos tokány
Tarhonya köret
Vegyes savanyúság**

Energia : 856,672 kcal
So : 2 473,372 mg
Fehérje : 38,476 g
Zsir : 35,171 g
- telített zsírsav : 5,832 g
Szenhidrat : 96,088 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.07.18. SZERDA

Étkezés: Ebéd

**Frankfurti leves
Ízes bukta
Körte**

Energia : 783,255 kcal
So : 2 415,845 mg
Cukor : 7,000 g
Fehérje : 58,326 g
Zsir : 26,411 g
- telített zsírsav : 9,573 g
Szenhidrat : 112,447 g
KalciumTejtermek : 64,200 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : szója

2018.07.19. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

**Májgaluska leves
Paprikás burgonya kolbásszal**

Energia : 1 272,997 kcal
So : 8 172,692 mg
Fehérje : 50,661 g
Zsir : 75,520 g
- telített zsírsav : 17,261 g
Szenhidrat : 95,363 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.07.20. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

**Vegyes zöldség leves
Eszterházy sertés szelet
Főtt tészta**

Energia : 1 041,875 kcal
So : 3 118,197 mg
Fehérje : 45,029 g
Zsir : 43,812 g
- telített zsírsav : 8,847 g
Szenhidrat : 116,831 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller
Allergen : tej
Allergen : mustár

2018.07.23. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Minestrone leves
Csirkemáj rizottó
Fejes saláta

Energia : 776,325 kcal
So : 2 518,855 mg
Cukor : 15,000 g
Feherje : 36,890 g
Zsir : 25,984 g
- telített zsírsav : 5,164 g
Szenhidrat : 96,546 g
KalciumTejtermek : 90,000 mg
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.07.24. KEDD

Étkezés: Ebéd

Köménymag leves pirított zsemle kocka
Töltött csirke
Francia saláta

Energia : 759,505 kcal
So : 2 998,812 mg
Cukor : 5,000 g
Feherje : 29,422 g
Zsir : 44,810 g
- telített zsírsav : 7,691 g
Szenhidrat : 59,521 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : mustár

2018.07.25. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves
Darás tészta
Vegyes savanyúság

Energia : 769,718 kcal
So : 1 809,302 mg
Feherje : 34,339 g
Zsir : 21,397 g
- telített zsírsav : 4,386 g
Szenhidrat : 108,481 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.07.26. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves finommetélttel
Burgonya főzelék
Virslis

Energia : 892,908 kcal
So : 3 839,130 mg
Feherje : 33,596 g
Zsir : 43,431 g
- telített zsírsav : 14,959 g
Szenhidrat : 90,112 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : szója

2018.07.27. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Mexikói sertés szelet
Párolt rizs

Energia : 893,360 kcal
So : 1 945,395 mg
Feherje : 38,125 g
Zsir : 33,559 g
- telített zsírsav : 5,425 g
Szenhidrat : 107,824 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2018.07.30. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Sertésvagdalt
Rizs köret
Vegyes savanyúság

Energia : 1 079,945 kcal
So : 3 120,435 mg
Fehérje : 40,055 g
Zsir : 44,195 g
- telített zsírsav : 6,531 g
Szenhidrat : 129,580 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.07.31. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves
Paprikás csirkecomb
Galuska

Energia : 1 232,920 kcal
So : 1 850,745 mg
Fehérje : 50,102 g
Zsir : 44,274 g
- telített zsírsav : 9,504 g
Szenhidrat : 162,803 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.08.01. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Baromfi becsinált leves
Szilvás gombóc
Őszibarack

Energia : 909,365 kcal
So : 1 774,135 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 32,774 g
Zsir : 22,497 g
- telített zsírsav : 4,675 g
Szenhidrat : 142,546 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.08.02. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves
Zöldbab főzelék
Sertés pörkölt

Energia : 719,650 kcal
So : 1 951,420 mg
Fehérje : 34,718 g
Zsir : 35,827 g
- telített zsírsav : 7,658 g
Szenhidrat : 65,143 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.08.03. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Gyümölcs leves
Nyitrai szelet
Rizs köret
Csemege uborka

Energia : 1 097,130 kcal
So : 3 779,837 mg
Cukor : 12,000 g
Fehérje : 36,822 g
Zsir : 51,958 g
- telített zsírsav : 9,756 g
Szenhidrat : 118,879 g
KalciumTejtermek : 41,700 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

