

2018.10.01. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zeller leves

Brassói aprópecsenye

Párolt rizs

Vegyes savanyúság

Energia : 866,455 kcal
So : 1 156,687 mg
Fehérje : 31,704 g
Zsir : 37,410 g
- telített zsírsav : 5,608 g
Szenhidrat : 98,629 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.10.02. KEDD

Étkezés: Ebéd

Őszi zöldségleves

Mustáros csirkemell

Házi tarhonya

Energia : 893,880 kcal
So : 1 878,037 mg
Fehérje : 45,918 g
Zsir : 35,008 g
- telített zsírsav : 8,279 g
Szenhidrat : 98,751 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller
Allergen : mustár
Allergen : tej

2018.10.03. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Húsgombóc leves

Lekváros bukta

Szőlő

Energia : 898,880 kcal
So : 927,560 mg
Cukor : 17,000 g
Fehérje : 59,236 g
Zsir : 26,715 g
- telített zsírsav : 6,911 g
Szenhidrat : 138,965 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.10.04. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves finommetélttel

Paradicsomos káposzta

Fűszeres sertés falatok

Energia : 757,481 kcal
So : 1 591,720 mg
Cukor : 8,000 g
Fehérje : 29,234 g
Zsir : 34,827 g
- telített zsírsav : 5,190 g
Szenhidrat : 81,824 g
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

2018.10.05. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Lebbencs leves

Natúr sertésszelet

Tört burgonya

Csemege uborka

Energia : 890,599 kcal
So : 3 611,730 mg
Fehérje : 36,769 g
Zsir : 33,061 g
- telített zsírsav : 6,065 g
Szenhidrat : 109,170 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2018.10.08. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Vágottborsó leves
Sertés rizseshús
Cékla

Energia : 887,635 kcal
So : 1 973,430 mg
Feherje : 40,315 g
Zsir : 21,884 g
- telített zsírsav : 3,889 g
Szenhidrat : 130,111 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén

2018.10.09. KEDD

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Paprikás csirkemell szelet
Főtt burgonya

Energia : 864,265 kcal
So : 669,760 mg
Feherje : 42,567 g
Zsir : 31,395 g
- telített zsírsav : 5,551 g
Szenhidrat : 101,849 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.10.10. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves
Túrós tészta
Körte

Energia : 775,373 kcal
So : 1 440,642 mg
Feherje : 38,258 g
Zsir : 22,331 g
- telített zsírsav : 8,132 g
Szenhidrat : 103,921 g
KalciumTejtermek : 76,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2018.10.11. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Karalábé főzelék
Húsgombóc

Energia : 874,455 kcal
So : 1 880,907 mg
Cukor : 5,000 g
Feherje : 42,641 g
Zsir : 34,167 g
- telített zsírsav : 6,378 g
Szenhidrat : 98,010 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.10.12. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Paradicsom leves
Szezámagos rántott halfilé
Párolt zöldségek

Energia : 795,460 kcal
So : 2 184,150 mg
Cukor : 12,000 g
Feherje : 42,145 g
Zsir : 32,736 g
- telített zsírsav : 4,162 g
Szenhidrat : 82,648 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : szezámag
Allergen : hal

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2018.10.13. SZOMBAT

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves

Házi tarhonyáshús sertéshúsból

Vegyes savanyúság

Energia : 807,506 kcal
So : 1 580,267 mg
Fehérje : 39,872 g
Zsir : 27,683 g
- telített zsírsav : 5,065 g
Szenhidrat : 99,023 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.10.15. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karalábé leves

Tejfölös pulykatokány

Bulgur

Energia : 762,767 kcal
So : 1 097,042 mg
Fehérje : 36,240 g
Zsir : 25,324 g
- telített zsírsav : 5,696 g
Szenhidrat : 102,090 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2018.10.16. KEDD

Étkezés: Ebéd

Burgonya leves

Csirkemájás sertés szelet

Párolt rizs

Csemege uborka

Energia : 892,335 kcal
So : 3 065,872 mg
Fehérje : 40,945 g
Zsir : 27,377 g
- telített zsírsav : 4,739 g
Szenhidrat : 118,620 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.10.17. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Becsinált leves

Darás tészta barack lekvárral

Szőlő

Energia : 898,795 kcal
So : 1 867,260 mg
Fehérje : 34,624 g
Zsir : 23,359 g
- telített zsírsav : 6,219 g
Szenhidrat : 135,831 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : zeller

2018.10.18. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves

Zöldbab főzelék

Virslí

Energia : 834,775 kcal
So : 3 600,060 mg
Fehérje : 37,489 g
Zsir : 47,241 g
- telített zsírsav : 16,094 g
Szenhidrat : 64,683 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : szója

2018.10.19. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Meggyleves

Grillezett csirkemellfilé

Francia saláta

Energia : 851,785 kcal
So : 2 105,065 mg
Cukor : 25,000 g
Feherje : 33,803 g
Zsir : 47,231 g
- telített zsírsav : 8,295 g
Szenhidrat : 71,549 g
KalciumTejtermek : 66,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : mustár

2018.10.24. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Tárkonyos baromfiraagu leves

Szilvás gombóc

Alma

Energia : 821,023 kcal
So : 1 320,310 mg
Cukor : 5,000 g
Feherje : 31,709 g
Zsir : 20,218 g
- telített zsírsav : 2,823 g
Szenhidrat : 127,250 g
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2018.10.25. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves

Lencse főzelék

Sertés pörkölt

Energia : 893,891 kcal
So : 1 771,777 mg
Cukor : 4,000 g
Feherje : 50,443 g
Zsir : 30,104 g
- telített zsírsav : 7,203 g
Szenhidrat : 105,041 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : mustár
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.10.26. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Tojásleves

Citromos halfilé

Burgonya püré

Energia : 829,826 kcal
So : 1 333,435 mg
Feherje : 38,050 g
Zsir : 40,305 g
- telített zsírsav : 12,940 g
Szenhidrat : 76,161 g
KalciumTejtermek : 87,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : hal

2018.10.29. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zeller leves

Baromfi vagdalthús

Párolt rizs

Csemege uborka

Energia : 790,944 kcal
So : 3 222,820 mg
Feherje : 34,004 g
Zsir : 20,999 g
- telített zsírsav : 3,515 g
Szenhidrat : 115,219 g
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

Allergen : zeller

2018.10.30. KEDD

Étkezés: Ebéd

Grízgaluska leves

Magyaros sertés szelet

Petrezselymes burgonya

Vegyes savanyúság

Energia : 863,165 kcal
So : 1 582,462 mg
Fehérje : 37,508 g
Zsír : 33,636 g
- telített zsírsav : 5,949 g
Szenhidrat : 100,735 g
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

2018.10.31. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Babgulyás

Mákos tészta

Alma

Energia : 888,835 kcal
So : 1 797,460 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 42,129 g
Zsír : 28,441 g
- telített zsírsav : 4,931 g
Szenhidrat : 116,125 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás