

2018.11.05. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Magyaros burgonya leves
Töltött csirke
Hántolt árpa
Cékla

Energia : 922,630 kcal
So : 2 622,447 mg
Feherje : 35,758 g
Zsir : 28,949 g
- telített zsírsav : 4,784 g
Szenhidrat : 128,732 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.11.06. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zöldbab leves
Marha pörkölt
Galuska
Csemege uborka

Energia : 1 167,774 kcal
So : 3 821,827 mg
Feherje : 46,020 g
Zsir : 46,005 g
- telített zsírsav : 11,082 g
Szenhidrat : 147,436 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.11.07. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Sertésragu leves
Káposztás kocka
Körte

Energia : 1 000,078 kcal
So : 1 991,120 mg
Cukor : 9,000 g
Feherje : 36,413 g
Zsir : 36,395 g
- telített zsírsav : 5,655 g
Szenhidrat : 130,419 g
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.11.08. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves eperlevéllel
Spenót
Tojás
Fél adag burgonya

Energia : 651,714 kcal
So : 2 203,580 mg
Feherje : 24,068 g
Zsir : 29,984 g
- telített zsírsav : 4,906 g
Szenhidrat : 70,878 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.11.09. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Rizsleves
Rántott csirkecomb
Fél adag párolt köles
Fél adag vajás zöldség

Energia : 1 065,331 kcal
So : 2 548,245 mg
Feherje : 41,105 g
Zsir : 54,823 g
- telített zsírsav : 8,712 g
Szenhidrat : 101,473 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.11.10. SZOMBAT

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Zöldséges pulykaragu
Barna rizs

Energia : 831,040 kcal
So : 1 529,020 mg
Fehérje : 36,678 g
Zsir : 28,136 g
- telített zsírsav : 4,482 g
Szenhidrat : 107,232 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.11.12. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Őszi zöldség leves
Tejfölös sertés szelet
Főtt tészta

Energia : 954,820 kcal
So : 2 524,807 mg
Fehérje : 43,414 g
Zsir : 37,529 g
- telített zsírsav : 8,229 g
Szenhidrat : 111,250 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.11.13. KEDD

Étkezés: Ebéd

Fahéjas almaleves
Darálthúsos rakott zöldbab sajttal sütve

Energia : 716,395 kcal
So : 1 225,985 mg
Cukor : 20,000 g
Fehérje : 33,452 g
Zsir : 24,869 g
- telített zsírsav : 9,767 g
Szenhidrat : 88,727 g
KalciumTejtermek : 156,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

2018.11.14. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Nyírségi gombóclevés
Túrós tészta
Alma

Energia : 1 003,195 kcal
So : 2 929,685 mg
Fehérje : 43,356 g
Zsir : 51,765 g
- telített zsírsav : 18,150 g
Szenhidrat : 90,734 g
KalciumTejtermek : 100,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.11.15. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Tököfözelék
Fasírozott

Energia : 852,102 kcal
So : 3 750,080 mg
Fehérje : 43,003 g
Zsir : 37,265 g
- telített zsírsav : 8,910 g
Szenhidrat : 87,208 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.11.16. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Tojásleves

Temesvári sertésszelet

Burgonya püré

Energia : 797,826 kcal
So : 2 079,185 mg
Fehérje : 38,106 g
Zsir : 38,807 g
- telített zsírsav : 10,586 g
Szenhidrat : 72,332 g
KalciumTejtermek : 81,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.11.19. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves

Póréhagymás pulykaragu

Burgonya köret

Energia : 751,860 kcal
So : 1 487,457 mg
Fehérje : 32,103 g
Zsir : 28,745 g
- telített zsírsav : 4,168 g
Szenhidrat : 89,837 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.11.20. KEDD

Étkezés: Ebéd

Csicseriborsó leves

Rakott brokkoli gerslivel

Energia : 718,625 kcal
So : 1 531,330 mg
Fehérje : 39,831 g
Zsir : 27,564 g
- telített zsírsav : 7,960 g
Szenhidrat : 76,746 g
KalciumTejtermek : 66,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : mustár

2018.11.21. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Frankfurti leves

Császármorzsa lekvárral

Narancs

Energia : 1 498,075 kcal
So : 2 876,020 mg
Cukor : 25,000 g
Fehérje : 44,700 g
Zsir : 60,173 g
- telített zsírsav : 18,492 g
Szenhidrat : 194,358 g
KalciumTejtermek : 201,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : szója

2018.11.22. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves

Lencse főzelék

Sült kolbász

Energia : 1 632,086 kcal
So : 6 925,192 mg
Cukor : 4,000 g
Fehérje : 75,820 g
Zsir : 110,998 g
- telített zsírsav : 4,882 g
Szenhidrat : 81,577 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : mustár
Allergen : tej
Allergen : glutén

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

Allergen : tojás

2018.11.23. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Sütötök krémleves pirított zsemlekockával
Debreceni tokány
Házi tarhonya
Vegyes savanyúság

Energia : 1 243,037 kcal
So : 3 969,007 mg
Cukor : 15,000 g
Feherje : 53,366 g
Zsir : 45,599 g
- telített zsírsav : 10,347 g
Szenhidrat : 154,634 g
KalciumTejtermek : 228,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2018.11.26. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Lestyános karalábé leves
Sertés flecken
Főtt burgonya
Csemege uborka

Energia : 928,728 kcal
So : 3 370,470 mg
Feherje : 34,528 g
Zsir : 46,488 g
- telített zsírsav : 6,884 g
Szenhidrat : 91,585 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2018.11.27. KEDD

Étkezés: Ebéd

Húsleves
Brassói aprópecsenye
Párolt rizs

Energia : 738,951 kcal
So : 1 886,062 mg
Feherje : 29,535 g
Zsir : 29,121 g
- telített zsírsav : 4,681 g
Szenhidrat : 87,796 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2018.11.28. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Csirkebecsinált leves
Tojásos nokedli
Fejes saláta

Energia : 1 188,980 kcal
So : 2 339,775 mg
Cukor : 10,000 g
Feherje : 56,476 g
Zsir : 40,900 g
- telített zsírsav : 9,565 g
Szenhidrat : 153,279 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tej

2018.11.29. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves
Kapros-tormás burgonya főzelék
Húsgombóc

Energia : 1 115,425 kcal
So : 2 020,380 mg
Feherje : 41,879 g
Zsir : 36,995 g
- telített zsírsav : 8,341 g
Szenhidrat : 151,449 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2018.11.30. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Rozmaringos karfiol krémleves pirított zsemlekockával

Göngyölt sertés szelet

Barna rizs

Energia : 981,932 kcal
So : 1 971,732 mg
Fehérje : 37,285 g
Zsir : 45,579 g
- telített zsírsav : 9,839 g
Szenhidrat : 104,911 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2018.12.01. SZOMBAT

Étkezés: Ebéd

Bazsalikomos paradicsom leves

Sült csirkecomb

Rizs köret

Energia : 1 575,600 kcal
So : 3 246,250 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 90,544 g
Zsir : 82,268 g
- telített zsírsav : 2,878 g
Szenhidrat : 115,477 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
