

2019.01.02. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Jókai bableves
Diós tészta
Narancs

Energia : 1 081,860 kcal
So : 1 990,875 mg
Cukor : 8,000 g
Feherje : 49,566 g
Zsir : 41,643 g
- telített zsírsav : 8,599 g
Szenhidrat : 125,788 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : dió
Allergen : tej

2019.01.03. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Grízgaluska leves
Lucskos káposzta füstölt hússal

Energia : 691,910 kcal
So : 2 074,542 mg
Feherje : 25,696 g
Zsir : 34,664 g
- telített zsírsav : 10,106 g
Szenhidrat : 69,611 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : tej

2019.01.04. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Rizsleves
Bakonyi sertésragu
Hántolt árpa

Energia : 963,907 kcal
So : 2 106,920 mg
Feherje : 35,209 g
Zsir : 43,631 g
- telített zsírsav : 9,792 g
Szenhidrat : 107,159 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej

2019.01.07. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Vágottborsó leves
Borsos tokány
Tarhonya köret
Vegyes savanyúság

Energia : 992,975 kcal
So : 1 917,520 mg
Feherje : 46,188 g
Zsir : 38,666 g
- telített zsírsav : 6,233 g
Szenhidrat : 114,460 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén

2019.01.08. KEDD

Étkezés: Ebéd

Csurgatott leves
Ananászos csirkemell
Párolt rizs

Energia : 832,006 kcal
So : 1 310,685 mg
Feherje : 40,965 g
Zsir : 30,302 g
- telített zsírsav : 6,156 g
Szenhidrat : 97,621 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2019.01.09. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves
Kakaós csiga
Kivi

Energia : 816,808 kcal
So : 1 028,402 mg
Cukor : 28,000 g
Feherje : 63,402 g
Zsir : 24,214 g
- telített zsírsav : 5,487 g
Szenhidrat : 118,488 g
KalciumTejtermek : 22,800 mg
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2019.01.10. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves vele főtt zöldségekkel, tésztával
Paprikás burgonya kolbásszal

Energia : 1 005,285 kcal
So : 5 891,082 mg
Feherje : 32,976 g
Zsir : 60,970 g
- telített zsírsav : 12,997 g
Szenhidrat : 79,120 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2019.01.11. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Gyümölcs leves
Sertés oldalas
Hagymás tört burgonya
Párolt káposzta

Energia : 861,613 kcal
So : 1 611,502 mg
Cukor : 12,000 g
Feherje : 12,386 g
Zsir : 39,578 g
- telített zsírsav : 6,228 g
Szenhidrat : 111,807 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

2019.01.14. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Minestrone leves
Zöldséges pulykaragu
Kuszkusz

Energia : 553,350 kcal
So : 2 570,895 mg
Feherje : 27,548 g
Zsir : 28,205 g
- telített zsírsav : 3,905 g
Szenhidrat : 46,332 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2019.01.15. KEDD

Étkezés: Ebéd

Csontleves eperlevéllel
Rakott burgonya
Vegyes savanyúság

Energia : 1 179,780 kcal
So : 6 867,245 mg
Feherje : 43,063 g
Zsir : 71,012 g
- telített zsírsav : 16,926 g
Szenhidrat : 89,009 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tej

2019.01.16. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Lencsegulyás
Vargabéles
Vanília öntet

Energia : 1 358,625 kcal
So : 2 354,085 mg
Cukor : 45,000 g
Fehérje : 63,769 g
Zsir : 40,987 g
- telített zsírsav : 15,535 g
Szenhidrat : 181,563 g
KalciumTejtermek : 222,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : mustár

2019.01.17. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves
Gyömbéres mézes sárgarépa főzelék
Sült csirkemell

Energia : 612,450 kcal
So : 2 803,270 mg
Mez : 0,500 cu...
Fehérje : 34,019 g
Zsir : 26,572 g
- telített zsírsav : 3,426 g
Szenhidrat : 58,658 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2019.01.18. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Mediterrán csirkecombfilé
Vajas zöldségek

Energia : 643,720 kcal
So : 1 580,900 mg
Fehérje : 40,731 g
Zsir : 36,212 g
- telített zsírsav : 9,385 g
Szenhidrat : 38,119 g
KalciumTejtermek : 90,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.01.21. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karfiol krémleves
Sertés pörkölt
Burgonya püré
Csemege uborka

Energia : 765,922 kcal
So : 4 012,282 mg
Fehérje : 33,732 g
Zsir : 32,128 g
- telített zsírsav : 10,066 g
Szenhidrat : 84,409 g
KalciumTejtermek : 87,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

2019.01.22. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zeller leves
Töltött csirkecomb
Főtt burgonya
Párolt sárgarépa

Energia : 816,324 kcal
So : 2 361,422 mg
Fehérje : 32,554 g
Zsir : 33,172 g
- telített zsírsav : 5,563 g
Szenhidrat : 94,874 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2019.01.23. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Frankfurti leves
Tojásos galuska
Vegyes savanyúság

Energia : 1 266,185 kcal
So : 2 772,820 mg
Feherje : 53,491 g
Zsir : 49,204 g
- telített zsírsav : 14,100 g
Szenhidrat : 156,152 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : szója
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.01.24. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Tökfőzelék
Sertés pörkölt

Energia : 699,720 kcal
So : 2 413,442 mg
Feherje : 39,104 g
Zsir : 36,407 g
- telített zsírsav : 8,305 g
Szenhidrat : 54,397 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2019.01.25. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Debreceni sertéstokány
Házi tarhonya

Energia : 1 011,145 kcal
So : 3 709,480 mg
Feherje : 45,150 g
Zsir : 48,840 g
- telített zsírsav : 8,873 g
Szenhidrat : 97,212 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén

2019.01.28. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karalábé leves
Lecsós sertésszelet
Petrezselymes rizs

Energia : 847,967 kcal
So : 1 950,167 mg
Feherje : 34,295 g
Zsir : 33,220 g
- telített zsírsav : 5,266 g
Szenhidrat : 101,640 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.01.29. KEDD

Étkezés: Ebéd

Vegyes zöldség leves
Csirkemáj rizottó reszelt sajttal
Cékla

Energia : 816,700 kcal
So : 2 874,207 mg
Feherje : 39,453 g
Zsir : 26,169 g
- telített zsírsav : 5,204 g
Szenhidrat : 104,052 g
KalciumTejtermek : 90,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2019.01.30. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Beccsinált leves
Mákos tészta
Mandarin

Energia : 998,115 kcal
So : 1 437,885 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 40,279 g
Zsir : 40,847 g
- telített zsírsav : 8,304 g
Szenhidrat : 116,016 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : zeller

2019.01.31. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Lebbencs leves
Chilis bab

Energia : 983,529 kcal
So : 1 553,010 mg
Fehérje : 49,932 g
Zsir : 33,707 g
- telített zsírsav : 5,664 g
Szenhidrat : 119,306 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.02.01. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Tejfölös zöldbableves gerslivel
Rántott csirkecombfilé
Petrezselymes burgonya
Csemege uborka

Energia : 1 120,225 kcal
So : 4 455,285 mg
Fehérje : 40,035 g
Zsir : 54,965 g
- telített zsírsav : 8,356 g
Szenhidrat : 114,510 g
KalciumTejtermek : 12,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej