

2019.03.04. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Vágottborsó leves
Sertés szelet sajtmártással
Hántolt árpa

Energia : 1 107,655 kcal
So : 2 635,455 mg
Fehérje : 50,742 g
Zsir : 46,803 g
- telített zsírsav : 12,241 g
Szenhidrat : 120,759 g
KalciumTejtermek : 207,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.03.05. KEDD

Étkezés: Ebéd

Paradicsom leves
Grillezett csirkecombfilé
Rizi-bizi
Vegyes savanyúság

Energia : 918,570 kcal
So : 2 258,775 mg
Cukor : 8,000 g
Fehérje : 33,354 g
Zsir : 40,297 g
- telített zsírsav : 5,554 g
Szenhidrat : 103,576 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.03.06. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Nyírségi gombóclevés
Sajtos pogácsa
Mandarin

Energia : 718,275 kcal
So : 1 073,260 mg
Fehérje : 61,982 g
Zsir : 30,604 g
- telített zsírsav : 10,434 g
Szenhidrat : 82,633 g
KalciumTejtermek : 70,800 mg
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2019.03.07. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Lebbencs leves
Paprikás burgonya kolbásszal

Energia : 1 281,109 kcal
So : 7 814,707 mg
Fehérje : 42,465 g
Zsir : 74,334 g
- telített zsírsav : 16,584 g
Szenhidrat : 107,763 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.03.08. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Joghurtos gyümölcsleves
Sertésszelet Dubarry módra
Párolt köles

Energia : 919,730 kcal
So : 2 261,015 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 40,531 g
Zsir : 40,319 g
- telített zsírsav : 11,470 g
Szenhidrat : 98,561 g
KalciumTejtermek : 143,100 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

2019.03.11. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves vele főtt zöldségekkel
Sajtos csirkemell
Burgonya püré

Energia : 733,870 kcal
So : 2 391,595 mg
Fehérje : 43,122 g
Zsír : 22,978 g
- telített zsírsav : 9,502 g
Szenhidrat : 86,988 g
KalciumTejtermek : 177,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2019.03.12. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tejfölös zöldbableves
Rakott kelkáposzta baromfi húsból

Energia : 649,935 kcal
So : 1 622,330 mg
Fehérje : 33,724 g
Zsír : 25,022 g
- telített zsírsav : 6,327 g
Szenhidrat : 71,355 g
KalciumTejtermek : 48,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : glutén

2019.03.13. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Becsinált leves
Töltött zsemle
Vanília öntet

Energia : 1 121,658 kcal
So : 3 532,015 mg
Cukor : 53,000 g
Fehérje : 45,365 g
Zsír : 30,888 g
- telített zsírsav : 16,376 g
Szenhidrat : 164,163 g
KalciumTejtermek : 364,400 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2019.03.14. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves finommetélttel
Sóska
Főtt tojás
Fél adag burgonya

Energia : 780,255 kcal
So : 2 328,385 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 30,253 g
Zsír : 40,161 g
- telített zsírsav : 8,884 g
Szenhidrat : 71,667 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

2019.03.18. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Sárgarépás pulykaragu
Burgonya püré

Energia : 727,865 kcal
So : 2 158,660 mg
Fehérje : 35,297 g
Zsir : 24,941 g
- telített zsírsav : 6,366 g
Szenhidrat : 89,192 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2019.03.19. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tojásleves
Zöldfűszeres sült csirkemell
Párolt zöldségek

Energia : 520,586 kcal
So : 1 566,185 mg
Fehérje : 40,102 g
Zsir : 28,636 g
- telített zsírsav : 6,123 g
Szenhidrat : 25,536 g
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.03.20. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Pulykaragu leves
Csaszármorzsa lekvárral
Narancs

Energia : 1 317,973 kcal
So : 1 948,835 mg
Cukor : 25,000 g
Fehérje : 45,852 g
Zsir : 47,781 g
- telített zsírsav : 11,610 g
Szenhidrat : 175,914 g
KalciumTejtermek : 171,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : zeller

2019.03.21. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Vadas szelet
Főtt tészta

Energia : 1 036,963 kcal
So : 3 267,415 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 52,024 g
Zsir : 42,775 g
- telített zsírsav : 9,715 g
Szenhidrat : 110,373 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : mustár

2019.03.22. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Karalábé leves
Marha pörkölt
Galuska
Csemege uborka

Energia : 1 165,872 kcal
So : 3 887,640 mg
Fehérje : 45,767 g
Zsir : 45,954 g
- telített zsírsav : 11,082 g
Szenhidrat : 147,389 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2019.03.25. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Kapros karfiol leves
Györi aprópecsenye
Burgonya köret
Vegyes savanyúság

Energia : 815,550 kcal
So : 2 058,720 mg
Fehérje : 33,828 g
Zsir : 33,527 g
- telített zsírsav : 6,180 g
Szenhidrat : 93,014 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén

2019.03.26. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zeller leves
Tejfölös pulykaragu
Főtt tészta

Energia : 859,939 kcal
So : 2 545,980 mg
Fehérje : 38,559 g
Zsir : 34,520 g
- telített zsírsav : 7,124 g
Szenhidrat : 98,315 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2019.03.27. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Betyár leves
Burgonyás tészta
Csemege uborka

Energia : 905,425 kcal
So : 3 941,105 mg
Fehérje : 39,901 g
Zsir : 29,168 g
- telített zsírsav : 6,786 g
Szenhidrat : 118,900 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : tej
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.03.28. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves csigatészta
Húsgombócok paradicsom mártás
Fél adag burgonya

Energia : 726,795 kcal
So : 2 296,835 mg
Cukor : 7,000 g
Fehérje : 31,878 g
Zsir : 20,105 g
- telített zsírsav : 3,905 g
Szenhidrat : 102,747 g
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.03.29. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Brokkoli krémleves
Lecsós csirkecomb
Házi tarhonya

Energia : 858,405 kcal
So : 2 440,315 mg
Fehérje : 39,011 g
Zsir : 36,592 g
- telített zsírsav : 7,811 g
Szenhidrat : 93,379 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej