

2019.04.01. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Tavaszi leves
Pulykamáj rizottó
Vegyes savanyúság

Energia	: 776,660 kcal
So	: 1 528,165 mg
Feherje	: 38,276 g
Zsir	: 22,221 g
- telített zsírsav	: 2,700 g
Szenhidrat	: 103,743 g
Allergen	: glutén
Allergen	: tojás
Energia	: 776,660 kcal
So	: 1 528,165 mg

2019.04.02. KEDD

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Grillezett csirkemellfilé sajtmártással
Petrezselymes burgonya
Csemege uborka

Energia	: 870,325 kcal
So	: 3 574,535 mg
Feherje	: 49,827 g
Zsir	: 30,105 g
- telített zsírsav	: 8,690 g
Szenhidrat	: 98,707 g
KalciumTejtermek	: 207,000 mg
Allergen	: tej
Allergen	: glutén
Allergen	: tojás
Energia	: 870,325 kcal
So	: 3 574,535 mg

2019.04.03. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Palóc leves
Rizsfelfújt
Alma kompót

Energia	: 898,283 kcal
So	: 1 503,312 mg
Cukor	: 13,000 g
Feherje	: 32,810 g
Zsir	: 23,132 g
- telített zsírsav	: 8,660 g
Szenhidrat	: 137,659 g
KalciumTejtermek	: 144,000 mg
Allergen	: tojás
Allergen	: tej
Allergen	: glutén
Energia	: 898,283 kcal
So	: 1 503,312 mg

2019.04.04. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Grízgaluska leves
Karalábé főzelék
Főtt virsli

Energia	: 783,125 kcal
So	: 3 689,385 mg
Cukor	: 10,000 g
Feherje	: 34,626 g
Zsir	: 40,469 g
- telített zsírsav	: 13,102 g
Szenhidrat	: 70,137 g
KalciumTejtermek	: 57,000 mg
Allergen	: zeller
Allergen	: tojás
Allergen	: glutén
Allergen	: tej
Allergen	: szója
Energia	: 783,125 kcal
So	: 3 689,385 mg

2019.04.05. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Meggyleves
Szezámagos rántott sertésszelet
Vajas zöldségek

Energia : 871,410 kcal
So : 2 180,815 mg
Cukor : 12,000 g
Feherje : 39,431 g
Zsir : 46,014 g
- telített zsírsav : 10,948 g
Szenhidrat : 74,233 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : szezámag
Allergen : tojás

Energia : 871,410 kcal
So : 2 180,815 mg

2019.04.08. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves
Házi tarhonyáshús baromfiból
Cékla

Energia : 764,066 kcal
So : 2 525,892 mg
Feherje : 38,622 g
Zsir : 22,732 g
- telített zsírsav : 4,027 g
Szenhidrat : 100,608 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 764,066 kcal
So : 2 525,892 mg

2019.04.09. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tojásleves
Rakott savanyúkáposzta

Energia : 826,276 kcal
So : 4 092,797 mg
Feherje : 32,829 g
Zsir : 47,824 g
- telített zsírsav : 9,230 g
Szenhidrat : 65,360 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 826,276 kcal
So : 4 092,797 mg

2019.04.10. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Legényfogó leves
Mákos tészta
Narancs

Energia : 829,885 kcal
So : 1 778,800 mg
Cukor : 8,000 g
Feherje : 39,820 g
Zsir : 28,376 g
- telített zsírsav : 5,524 g
Szenhidrat : 102,626 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 829,885 kcal
So : 1 778,800 mg

2019.04.11. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves finommetélttel
Lencse főzelék
Sertés sült

Energia : 757,261 kcal
So : 2 066,722 mg
Cukor : 4,000 g
Feherje : 46,906 g
Zsir : 32,449 g
- telített zsírsav : 6,670 g
Szenhidrat : 68,988 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : mustár
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

Energia : 757,261 kcal
So : 2 066,722 mg

2019.04.12. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Burgonya krémleves
Lecsós halfilé
Párolt köles

Energia : 890,292 kcal
So : 1 936,282 mg
Feherje : 39,927 g
Zsir : 27,410 g
- telített zsírsav : 3,998 g
Szenhidrat : 120,212 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : hal

Energia : 890,292 kcal
So : 1 936,282 mg

2019.04.15. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Lestyános karalábé leves
Kukoricás pulykaragu
Párolt rizs

Energia : 868,022 kcal
So : 1 933,007 mg
Feherje : 33,433 g
Zsir : 32,831 g
- telített zsírsav : 5,179 g
Szenhidrat : 108,364 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 868,022 kcal
So : 1 933,007 mg

2019.04.16. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Magyaros sertés szelet
Főtt burgonya
Csemege uborka

Energia : 852,325 kcal
So : 3 559,755 mg
Feherje : 36,971 g
Zsir : 35,663 g
- telített zsírsav : 5,739 g
Szenhidrat : 93,993 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 852,325 kcal
So : 3 559,755 mg

2019.04.17. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Babgulyás
Sajtos pogácsa
Alma

Energia : 732,595 kcal
So : 1 550,260 mg
Fehérje : 67,338 g
Zsir : 25,361 g
- telített zsírsav : 7,951 g
Szenhidrat : 94,018 g
KalciumTejtermek : 40,800 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

Energia : 732,595 kcal
So : 1 550,260 mg

2019.04.18. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Spenót
Tojás
Fél adag burgonya

Energia : 891,980 kcal
So : 2 882,367 mg
Fehérje : 42,536 g
Zsir : 45,474 g
- telített zsírsav : 8,732 g
Szenhidrat : 77,570 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 891,980 kcal
So : 2 882,367 mg

2019.04.23. KEDD

Étkezés: Ebéd

Húsleves
Vadas szelet
Főtt tészta

Energia : 866,768 kcal
So : 2 223,327 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 35,562 g
Zsir : 37,259 g
- telített zsírsav : 7,518 g
Szenhidrat : 96,752 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : mustár
Allergen : tej

Energia : 866,768 kcal
So : 2 223,327 mg

2019.04.24. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Baromfi becsinált leves
Izes derelye
Mandarin

Energia : 883,895 kcal
So : 1 954,485 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 29,894 g
Zsir : 20,975 g
- telített zsírsav : 4,933 g
Szenhidrat : 142,381 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tej
Allergen : tojás

Energia : 883,895 kcal
So : 1 954,485 mg

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2019.04.25. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves
Burgonya főzelék
Sertés pörkölt

Energia : 887,468 kcal
So : 1 989,730 mg
Fehérje : 36,453 g
Zsír : 29,689 g
- telített zsírsav : 7,060 g
Szenhidrat : 117,105 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 887,468 kcal
So : 1 989,730 mg

2019.04.26. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Bazsalikomos paradicsom leves
Roston sült halfilé
Fél adag zöldséges barna rizs
Fél adag rizs
Vegyes savanyúság

Energia : 893,310 kcal
So : 2 827,500 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 35,879 g
Zsír : 29,179 g
- telített zsírsav : 3,558 g
Szenhidrat : 120,337 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : hal

Energia : 893,310 kcal
So : 2 827,500 mg

2019.04.29. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Fejtett bableves
Pirított csirkemáj
Kuszkusz
Csemege uborka

Energia : 707,185 kcal
So : 2 972,997 mg
Fehérje : 34,533 g
Zsír : 31,956 g
- telített zsírsav : 3,702 g
Szenhidrat : 69,813 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 707,185 kcal
So : 2 972,997 mg

2019.04.30. KEDD

Étkezés: Ebéd

Lebbencs leves
Almás csirkemellfilé
Burgonya püré

Energia : 899,809 kcal
So : 2 251,760 mg
Fehérje : 42,077 g
Zsír : 31,342 g
- telített zsírsav : 8,341 g
Szenhidrat : 110,331 g
KalciumTejtermek : 79,800 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

Energia : 899,809 kcal
So : 2 251,760 mg

2019.05.02. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tojásleves
Kelkáposzta főzelék
Húsgombóc

Energia : 871,880 kcal
So : 1 979,295 mg
Fehérje : 37,983 g
Zsír : 34,789 g
- telített zsírsav : 5,874 g
Szenhidrat : 101,292 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 871,880 kcal
So : 1 979,295 mg

2019.05.03. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Fokhagyma krémleves
Bundázott csirkemellfilé
Francia saláta

Energia : 891,932 kcal
So : 2 971,877 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 40,587 g
Zsír : 46,114 g
- telített zsírsav : 8,817 g
Szenhidrat : 78,503 g
KalciumTejtermek : 66,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : mustár

Energia : 891,932 kcal
So : 2 971,877 mg