

2019.05.06. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Tejfölös karfiol leves
Házi rizseshús
Csemege uborka

Energia : 882,980 kcal
So : 3 348,152 mg
Fehérje : 33,662 g
Zsír : 35,380 g
- telített zsírsav : 7,720 g
Szenhidrat : 105,465 g
KalciumTejtermek : 42,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 882,980 kcal
So : 3 348,152 mg

2019.05.07. KEDD

Étkezés: Ebéd

Karalábé leves
Paprikás csirkemellfilé
Házi tarhonya

Energia : 881,852 kcal
So : 2 442,307 mg
Fehérje : 46,337 g
Zsír : 29,812 g
- telített zsírsav : 5,700 g
Szenhidrat : 107,414 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 881,852 kcal
So : 2 442,307 mg

2019.05.08. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves
Túrós tészta
Narancs

Energia : 870,858 kcal
So : 1 899,202 mg
Fehérje : 42,719 g
Zsír : 26,249 g
- telített zsírsav : 8,798 g
Szenhidrat : 113,639 g
KalciumTejtermek : 76,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

Energia : 870,858 kcal
So : 1 899,202 mg

2019.05.09. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Babfőzelék
Natúr sertésszelet

Energia : 864,671 kcal
So : 1 473,095 mg
Fehérje : 49,075 g
Zsír : 36,139 g
- telített zsírsav : 6,828 g
Szenhidrat : 86,520 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

Energia : 864,671 kcal
So : 1 473,095 mg

2019.05.10. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Kertész leves

Kukoricabundás halfilé tepsiben sütve

Párolt köles

Cékla

Energia : 895,185 kcal
So : 3 053,585 mg
Feherje : 40,574 g
Zsir : 28,347 g
- telített zsírsav : 3,701 g
Szenhidrat : 118,848 g
Allergen : tojás
Allergen : hal
Allergen : glutén
Allergen : zeller

Energia : 895,185 kcal
So : 3 053,585 mg

2019.05.13. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zeller leves

Zöldséges baromfi aprópecsenye

Petrezselymes barna rizs

Vegyes savanyúság

Energia : 835,344 kcal
So : 2 014,020 mg
Feherje : 32,921 g
Zsir : 32,200 g
- telített zsírsav : 5,030 g
Szenhidrat : 102,252 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

Energia : 835,344 kcal
So : 2 014,020 mg

2019.05.14. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves

Csirkemájás sertésszelet

Burgonya püré

Csemege uborka

Energia : 876,775 kcal
So : 4 070,107 mg
Feherje : 46,153 g
Zsir : 34,333 g
- telített zsírsav : 8,230 g
Szenhidrat : 94,256 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

Energia : 876,775 kcal
So : 4 070,107 mg

2019.05.15. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Frankfurti leves

Ízes bukta

Alma

Energia : 858,175 kcal
So : 2 589,970 mg
Cukor : 7,000 g
Feherje : 62,631 g
Zsir : 30,754 g
- telített zsírsav : 11,230 g
Szenhidrat : 117,802 g
KalciumTejtermek : 64,200 mg
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : szója

Energia : 858,175 kcal
So : 2 589,970 mg

2019.05.16. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves csigatésztával
Zöldbab főzelék
Baromfi vagdalt

Energia : 886,020 kcal
So : 3 190,045 mg
Fehérje : 36,318 g
Zsír : 48,449 g
- telített zsírsav : 8,564 g
Szenhidrat : 76,934 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 886,020 kcal
So : 3 190,045 mg

2019.05.17. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Brokkoli krémleves pirított zsemlekockával
Sajtos sertésszelet
Petrezselymes burgonya
Vitamin saláta

Energia : 861,280 kcal
So : 2 362,855 mg
Fehérje : 39,799 g
Zsír : 41,197 g
- telített zsírsav : 12,765 g
Szenhidrat : 80,993 g
KalciumTejtermek : 174,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

Energia : 861,280 kcal
So : 2 362,855 mg

2019.05.20. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Csontleves finommetélttel
Mexikói sertés tokány
Bulgur

Energia : 791,740 kcal
So : 2 004,620 mg
Fehérje : 35,784 g
Zsír : 31,166 g
- telített zsírsav : 5,027 g
Szenhidrat : 95,817 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

Energia : 791,740 kcal
So : 2 004,620 mg

2019.05.21. KEDD

Étkezés: Ebéd

Csurgatott leves
Zabpelyhes rakott karfiol baromfi húsból sajttal sütve

Energia : 813,061 kcal
So : 1 943,420 mg
Fehérje : 42,035 g
Zsír : 41,707 g
- telített zsírsav : 11,589 g
Szenhidrat : 66,696 g
KalciumTejtermek : 168,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 813,061 kcal
So : 1 943,420 mg

2019.05.22. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Ragu leves
Burgonyás tészta
Csemege uborka

Energia : 870,118 kcal
So : 3 900,620 mg
Fehérje : 38,423 g
Zsír : 25,530 g
- telített zsírsav : 4,682 g
Szenhidrat : 119,683 g
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 870,118 kcal
So : 3 900,620 mg

2019.05.23. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Vágottborsó főzelék
Sertés sült

Energia : 898,165 kcal
So : 2 417,975 mg
Fehérje : 54,341 g
Zsír : 40,536 g
- telített zsírsav : 7,075 g
Szenhidrat : 79,089 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 898,165 kcal
So : 2 417,975 mg

2019.05.24. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Paradicsom leves
Párolt halszeletek
Csőben sült zöldségek

Energia : 895,650 kcal
So : 3 227,680 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 48,591 g
Zsír : 39,672 g
- telített zsírsav : 12,346 g
Szenhidrat : 85,588 g
KalciumTejtermek : 286,800 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : hal
Allergen : tej

Energia : 895,650 kcal
So : 3 227,680 mg

2019.05.27. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Tavaszi leves
Bolognai spagetti reszelt sajttal

Energia : 874,955 kcal
So : 2 719,482 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 40,988 g
Zsír : 30,161 g
- telített zsírsav : 7,019 g
Szenhidrat : 109,714 g
KalciumTejtermek : 90,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 874,955 kcal
So : 2 719,482 mg

2019.05.28. KEDD

Étkezés: Ebéd

Húsleves
Gyümölcsmártás főtt hússal
Párolt rizs

Energia : 844,690 kcal
So : 1 917,165 mg
Cukor : 15,000 g
Feherje : 29,750 g
Zsir : 27,579 g
- telített zsírsav : 6,107 g
Szenhidrat : 117,561 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

Energia : 844,690 kcal
So : 1 917,165 mg

2019.05.29. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Betyár leves
Kakaós csiga
Narancs

Energia : 810,120 kcal
So : 1 094,970 mg
Cukor : 28,000 g
Feherje : 65,133 g
Zsir : 30,752 g
- telített zsírsav : 8,359 g
Szenhidrat : 101,583 g
KalciumTejtermek : 58,800 mg
Allergen : tej
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén

Energia : 810,120 kcal
So : 1 094,970 mg

2019.05.30. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Lebbencs leves
Sóska
Főtt tojás
Fél adag burgonya

Energia : 869,519 kcal
So : 2 362,135 mg
Cukor : 10,000 g
Feherje : 33,822 g
Zsir : 36,668 g
- telített zsírsav : 8,595 g
Szenhidrat : 97,806 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

Energia : 869,519 kcal
So : 2 362,135 mg

2019.05.31. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zöldbab leves
Ananászos csirkemell
Burgonya püré

Energia : 812,299 kcal
So : 2 023,660 mg
Feherje : 40,307 g
Zsir : 28,979 g
- telített zsírsav : 8,177 g
Szenhidrat : 96,078 g
KalciumTejtermek : 93,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 812,299 kcal
So : 2 023,660 mg

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!