

2019.06.03. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Kapros karfiol leves
Zöldborsós sertésragu
Főtt tészta

Energia : 878,680 kcal
So : 2 210,432 mg
Fehérje : 40,097 g
Zsir : 33,760 g
- telített zsírsav : 5,691 g
Szenhidrat : 103,506 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.06.04. KEDD

Étkezés: Ebéd

Csurgatott tojásleves
Illatos csirkecomb
Főtt burgonya
Csemege uborka

Energia : 848,866 kcal
So : 3 825,935 mg
Fehérje : 35,755 g
Zsir : 44,396 g
- telített zsírsav : 6,842 g
Szenhidrat : 74,971 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.06.05. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Palóc leves
Pizzás csiga
Alma

Energia : 757,333 kcal
So : 2 070,500 mg
Fehérje : 67,289 g
Zsir : 28,420 g
- telített zsírsav : 8,899 g
Szenhidrat : 92,953 g
KalciumTejtermek : 52,800 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : szója
Allergen : tojás

2019.06.06. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Francia hagymaleves pirított zsemlekockával
Gyömbéres mézes sárgarépa főzelék
Sült csirkemell

Energia : 581,385 kcal
So : 2 705,980 mg
Mez : 0,500 cu...
Fehérje : 33,210 g
Zsir : 27,720 g
- telített zsírsav : 6,674 g
Szenhidrat : 49,900 g
KalciumTejtermek : 64,200 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

2019.06.07. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zeller leves
Rántott csirkecombfilé
Rizi-bizi
Cékla

Energia : 1 233,529 kcal
So : 3 640,560 mg
Fehérje : 41,882 g
Zsir : 55,862 g
- telített zsírsav : 7,709 g
Szenhidrat : 138,649 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2019.06.10. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Mediterán csirkecomb
Kuszkusz

Energia : 715,335 kcal
So : 2 526,160 mg
Fehérje : 39,452 g
Zsir : 37,284 g
- telített zsírsav : 8,706 g
Szenhidrat : 54,707 g
KalciumTejtermek : 150,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2019.06.11. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tavaszi leves
Rakott burgonya
Csemege uborka

Energia : 1 232,350 kcal
So : 8 742,295 mg
Fehérje : 47,216 g
Zsir : 71,217 g
- telített zsírsav : 16,938 g
Szenhidrat : 98,103 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

2019.06.12. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves
Izes derelye
Cseresznye

Energia : 951,858 kcal
So : 1 917,302 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 30,189 g
Zsir : 22,883 g
- telített zsírsav : 4,177 g
Szenhidrat : 153,796 g
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

2019.06.13. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves csigatészta
Spenót
Sült debreceni

Energia : 1 084,475 kcal
So : 7 840,995 mg
Fehérje : 37,990 g
Zsir : 87,018 g
- telített zsírsav : 17,529 g
Szenhidrat : 36,911 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tej

2019.06.14. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Fokhagyma krémleves
Cigánypecsenye
Burgonya köret
Csemege uborka

Energia : 787,932 kcal
So : 4 499,312 mg
Fehérje : 30,640 g
Zsir : 46,427 g
- telített zsírsav : 12,401 g
Szenhidrat : 61,452 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

2019.06.17. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Lestyános karalábé leves
Göngyölthús
Petrezselymes burgonya
Csemege uborka

Energia : 948,437 kcal
So : 4 357,922 mg
Feherje : 38,174 g
Zsir : 43,728 g
- telített zsírsav : 6,932 g
Szenhidrat : 98,826 g
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.06.18. KEDD

Étkezés: Ebéd

Sárgaborsó leves
Majorannás sertéstokány
Rizs köret
Cékla

Energia : 953,555 kcal
So : 4 355,182 mg
Feherje : 40,176 g
Zsir : 30,895 g
- telített zsírsav : 4,875 g
Szenhidrat : 126,948 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.06.19. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Sertés becsinált leves
Császármorzsa lekvárral
Alma

Energia : 1 386,455 kcal
So : 1 904,585 mg
Cukor : 25,000 g
Feherje : 45,723 g
Zsir : 53,596 g
- telített zsírsav : 14,398 g
Szenhidrat : 181,837 g
KalciumTejtermek : 201,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2019.06.20. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Babfőzelék
Vagdalthús

Energia : 1 027,641 kcal
So : 3 492,117 mg
Feherje : 57,898 g
Zsir : 39,265 g
- telített zsírsav : 7,842 g
Szenhidrat : 111,852 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2019.06.21. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Bazsalikomos paradicsom leves
Mexikói sertés szelet
Főtt tészta

Energia : 1 001,315 kcal
So : 2 831,835 mg
Cukor : 15,000 g
Feherje : 42,549 g
Zsir : 39,449 g
- telített zsírsav : 6,449 g
Szenhidrat : 118,581 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2019.06.24. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Kertész leves

Mustáros tejfölös sült csirkemell

Tarhonya köret

Energia : 810,605 kcal
So : 2 286,960 mg
Fehérje : 44,553 g
Zsir : 28,710 g
- telített zsírsav : 7,731 g
Szenhidrat : 92,999 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : mustár
Allergen : tej
Allergen : zeller

2019.06.25. KEDD

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves

Ananászos csirkemell

Burgonya püré

Energia : 930,690 kcal
So : 2 234,575 mg
Fehérje : 42,562 g
Zsir : 32,313 g
- telített zsírsav : 10,463 g
Szenhidrat : 114,768 g
KalciumTejtermek : 115,800 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

2019.06.26. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Pulykaragu leves

Tojásos galuska

Fejes saláta

Energia : 1 165,223 kcal
So : 2 359,110 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 54,679 g
Zsir : 39,793 g
- telített zsírsav : 7,552 g
Szenhidrat : 150,898 g
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén

2019.06.27. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves

Töltött paprika

Fél adag burgonya

Energia : 907,205 kcal
So : 1 880,010 mg
Cukor : 20,000 g
Fehérje : 37,440 g
Zsir : 31,142 g
- telített zsírsav : 5,255 g
Szenhidrat : 117,832 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén

2019.06.28. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Hideg alma leves

Lyoni sertés szelet

Rizs köret

Energia : 1 067,330 kcal
So : 1 801,165 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 33,941 g
Zsir : 49,870 g
- telített zsírsav : 9,435 g
Szenhidrat : 119,440 g
KalciumTejtermek : 42,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!