

2019.12.02. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves
Sertésrizottó sajttal
Cékla

Energia : 857,860 kcal
So : 2 671,485 mg
Fehérje : 38,354 g
Zsír : 21,884 g
- telített zsírsav : 5,512 g
Szenhidrat : 124,630 g
KalciumTejtermek : 60,000 mg
Allergen : tej
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén

Energia : 857,860 kcal
So : 2 671,485 mg

2019.12.03. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zöldség leves
Almás csirkemell csíkok
Főtt burgonya

Energia : 834,050 kcal
So : 1 478,837 mg
Fehérje : 38,223 g
Zsír : 33,541 g
- telített zsírsav : 4,093 g
Szenhidrat : 93,676 g
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

Energia : 834,050 kcal
So : 1 478,837 mg

2019.12.04. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves
Mákos tészta
Alma

Energia : 846,618 kcal
So : 1 828,927 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 36,654 g
Zsír : 30,987 g
- telített zsírsav : 5,474 g
Szenhidrat : 104,511 g
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 846,618 kcal
So : 1 828,927 mg

2019.12.05. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Spenót
Tojás
Fél adag burgonya

Energia : 805,842 kcal
So : 1 957,130 mg
Fehérje : 42,963 g
Zsír : 36,258 g
- telített zsírsav : 7,542 g
Szenhidrat : 76,470 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

Energia : 805,842 kcal
So : 1 957,130 mg

2019.12.06. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Sütötök krémleves
Párolt halszeletek
Fél adag zöldségek köret
Fél adag rizs köret

Energia : 831,520 kcal
So : 2 268,637 mg
Cukor : 20,000 g
Feherje : 42,979 g
Zsir : 15,996 g
- telített zsírsav : 3,815 g
Szenhidrat : 128,107 g
KalciumTejtermek : 228,000 mg
Allergen : hal
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 831,520 kcal
So : 2 268,637 mg

2019.12.07. SZOMBAT

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Csikós tokány
Házi tarhonya

Energia : 877,665 kcal
So : 2 469,947 mg
Feherje : 40,744 g
Zsir : 37,440 g
- telített zsírsav : 8,128 g
Szenhidrat : 94,051 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 877,665 kcal
So : 2 469,947 mg

2019.12.09. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zeller leves
Sült csirkecombfilé
Fél adag köles
Fél adag rizs
Csemege uborka

Energia : 895,829 kcal
So : 4 115,730 mg
Feherje : 34,089 g
Zsir : 43,347 g
- telített zsírsav : 6,006 g
Szenhidrat : 90,920 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

Energia : 895,829 kcal
So : 4 115,730 mg

2019.12.10. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Hentes szelet
Főtt burgonya

Energia : 858,300 kcal
So : 2 255,870 mg
Feherje : 39,365 g
Zsir : 32,263 g
- telített zsírsav : 5,962 g
Szenhidrat : 101,281 g
Allergen : szója
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 858,300 kcal
So : 2 255,870 mg

2019.12.11. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Tárkonyos pulyka raguleves
Lekváros bukta

Energia : 714,303 kcal
So : 1 554,660 mg
Cukor : 10,000 g
Feherje : 64,573 g
Zsir : 19,085 g
- telített zsírsav : 4,413 g
Szenhidrat : 105,795 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : zeller

Energia : 714,303 kcal
So : 1 554,660 mg

2019.12.12. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves eperlevéllel
Vágottborsó főzelék
Sertés pörkölt

Energia : 750,250 kcal
So : 1 490,202 mg
Feherje : 41,667 g
Zsir : 30,782 g
- telített zsírsav : 4,866 g
Szenhidrat : 77,217 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

Energia : 750,250 kcal
So : 1 490,202 mg

2019.12.13. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Paradicsom leves
Rántott sertés szelet
Zöldség köret
Cékla

Energia : 895,190 kcal
So : 3 550,875 mg
Cukor : 12,000 g
Feherje : 42,875 g
Zsir : 36,835 g
- telített zsírsav : 6,005 g
Szenhidrat : 97,863 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén

Energia : 895,190 kcal
So : 3 550,875 mg

2019.12.14. SZOMBAT

Étkezés: Ebéd

Kapros karfiol leves
Burgonya főzelék
Csirkemájvas vagdalthús

Energia : 897,803 kcal
So : 2 854,852 mg
Feherje : 36,955 g
Zsir : 33,263 g
- telített zsírsav : 7,113 g
Szenhidrat : 112,791 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

Energia : 897,803 kcal
So : 2 854,852 mg

2019.12.16. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karalábé leves
Kakukkfűves sertés csíkok sajtmártással
rizs köret

Energia : 889,037 kcal
So : 2 272,042 mg
Feherje : 37,860 g
Zsir : 36,261 g
- telített zsírsav : 8,433 g
Szenhidrat : 101,430 g
KalciumTejtermek : 105,600 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

Energia : 889,037 kcal
So : 2 272,042 mg

2019.12.17. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zöldbab leves
Sült halfilé
Burgonya köret
Csemege uborka

Energia : 803,459 kcal
So : 3 430,510 mg
Feherje : 35,221 g
Zsir : 31,214 g
- telített zsírsav : 3,741 g
Szenhidrat : 93,747 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : hal

Energia : 803,459 kcal
So : 3 430,510 mg

2019.12.18. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Palóc leves
Darás tészta baracklekvárral
Mandarin

Energia : 859,753 kcal
So : 1 682,375 mg
Feherje : 33,949 g
Zsir : 20,447 g
- telített zsírsav : 5,783 g
Szenhidrat : 133,452 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

Energia : 859,753 kcal
So : 1 682,375 mg

2019.12.19. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tarhonya leves
Almás káposzta főzelék
Virslis

Energia : 791,750 kcal
So : 3 800,925 mg
Cukor : 10,000 g
Feherje : 30,539 g
Zsir : 36,563 g
- telített zsírsav : 13,644 g
Szenhidrat : 84,795 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : szója

Energia : 791,750 kcal
So : 3 800,925 mg

2019.12.20. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Brokkoli krémleves pirított zsemlekocka

Sertés szelet jóasszony módra

Petrezselymes rizs

Vegyes savanyúság

Energia : 898,130 kcal
So : 2 401,575 mg
Feherje : 37,845 g
Zsír : 38,248 g
- telített zsírsav : 10,668 g
Szenhidrat : 99,260 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 898,130 kcal
So : 2 401,575 mg
