

2020.02.03. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Hentes tokány
Bulgur

Energia : 831,935 kcal
So : 2 605,255 mg
Fehérje : 39,591 g
Zsir : 30,645 g
- telített zsírsav : 5,478 g
Szenhidrat : 103,798 g
Allergen : szója
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 831,935 kcal
So : 2 605,255 mg

2020.02.04. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zeller leves
Bakonyi sertés szelet
Petrezselymes rizs

Energia : 894,554 kcal
So : 2 038,082 mg
Fehérje : 36,291 g
Zsir : 36,595 g
- telített zsírsav : 7,700 g
Szenhidrat : 103,282 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : zeller
Allergen : tojás

Energia : 894,554 kcal
So : 2 038,082 mg

2020.02.05. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Baromfi raguleves
Burgonyás tészta
Csemege uborka

Energia : 895,218 kcal
So : 3 523,070 mg
Fehérje : 38,367 g
Zsir : 28,202 g
- telített zsírsav : 4,587 g
Szenhidrat : 119,929 g
Allergen : tojás
Allergen : zeller
Allergen : glutén

Energia : 895,218 kcal
So : 3 523,070 mg

2020.02.06. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Vágottborsó főzelék
Fokhagymás sertés sült

Energia : 840,020 kcal
So : 2 308,405 mg
Fehérje : 53,204 g
Zsir : 35,778 g
- telített zsírsav : 6,220 g
Szenhidrat : 76,425 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 840,020 kcal
So : 2 308,405 mg

2020.02.07. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Francia hagymaleves pirított zsemlekockával
Fűszeres sült sertés csíkok sajtmártással
Párolt zöldségek

Energia : 793,417 kcal
So : 2 503,745 mg
Fehérje : 45,482 g
Zsír : 42,887 g
- telített zsírsav : 17,348 g
Szenhidrat : 56,314 g
KalciumTejtermek : 237,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

Energia : 793,417 kcal
So : 2 503,745 mg

2020.02.10. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zöldbab leves
Brassói aprópecsenye
Párolt barna rizs
Vegyes savanyúság

Energia : 881,125 kcal
So : 1 854,937 mg
Fehérje : 31,888 g
Zsír : 39,570 g
- telített zsírsav : 6,193 g
Szenhidrat : 98,491 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 881,125 kcal
So : 1 854,937 mg

2020.02.11. KEDD

Étkezés: Ebéd

Nyírségi gombóclevés
Vadas csirkemell
Főtt tészta

Energia : 894,153 kcal
So : 2 383,667 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 57,785 g
Zsír : 26,906 g
- telített zsírsav : 7,310 g
Szenhidrat : 104,904 g
KalciumTejtermek : 48,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : mustár
Allergen : zeller

Energia : 894,153 kcal
So : 2 383,667 mg

2020.02.12. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Becsinált leves
Túrós batyu
Narancs

Energia : 808,740 kcal
So : 1 039,675 mg
Cukor : 25,000 g
Fehérje : 68,870 g
Zsír : 26,949 g
- telített zsírsav : 8,258 g
Szenhidrat : 106,395 g
KalciumTejtermek : 90,200 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

Energia : 808,740 kcal
So : 1 039,675 mg

2020.02.13. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tojásleves
Brokkoli főzelék
Húsgombóc

Energia : 831,256 kcal
So : 1 945,455 mg
Fehérje : 37,212 g
Zsir : 36,455 g
- telített zsírsav : 8,300 g
Szenhidrat : 87,556 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 831,256 kcal
So : 1 945,455 mg

2020.02.14. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Fahéjas almaleves
Szezámagos rántott halfilé
Főtt burgonya
Csemege uborka

Energia : 873,261 kcal
So : 3 653,340 mg
Cukor : 20,000 g
Fehérje : 37,083 g
Zsir : 27,172 g
- telített zsírsav : 4,976 g
Szenhidrat : 118,698 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : hal
Allergen : szezámag
Allergen : tojás

Energia : 873,261 kcal
So : 3 653,340 mg

2020.02.17. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Burgonya leves
Csirkemáj rizottó reszelt sajttal
Cékla

Energia : 899,505 kcal
So : 2 745,780 mg
Fehérje : 40,205 g
Zsir : 25,411 g
- telített zsírsav : 4,776 g
Szenhidrat : 124,911 g
KalciumTejtermek : 72,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 899,505 kcal
So : 2 745,780 mg

2020.02.18. KEDD

Étkezés: Ebéd

Fokhagyma krémleves
Temesvári sertés szelet
Hántolt árpa

Energia : 857,962 kcal
So : 1 926,187 mg
Fehérje : 35,616 g
Zsir : 37,311 g
- telített zsírsav : 9,190 g
Szenhidrat : 94,633 g
KalciumTejtermek : 60,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 857,962 kcal
So : 1 926,187 mg

2020.02.19. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Húsgombóc leves
Ízes derelye
Kiwi

Energia : 859,220 kcal
So : 1 764,310 mg
Cukor : 15,000 g
Feherje : 22,926 g
Zsir : 21,747 g
- telített zsírsav : 3,862 g
Szenhidrat : 139,949 g
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

Energia : 859,220 kcal
So : 1 764,310 mg

2020.02.20. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Kelkáposzta főzelék
Fasirt

Energia : 868,869 kcal
So : 2 389,370 mg
Feherje : 41,350 g
Zsir : 34,375 g
- telített zsírsav : 5,426 g
Szenhidrat : 99,630 g
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 868,869 kcal
So : 2 389,370 mg

2020.02.21. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Bazsalikomos paradicsomleves
Natúr csirkemell
Sárgarépás burgonya püré
Vegyes savanyúság

Energia : 837,120 kcal
So : 2 426,625 mg
Cukor : 15,000 g
Feherje : 40,984 g
Zsir : 23,951 g
- telített zsírsav : 5,608 g
Szenhidrat : 113,222 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

Energia : 837,120 kcal
So : 2 426,625 mg

2020.02.24. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves
Tarhonyáshús baromfiból
Csemege uborka

Energia : 794,826 kcal
So : 3 533,517 mg
Feherje : 39,752 g
Zsir : 26,101 g
- telített zsírsav : 4,454 g
Szenhidrat : 99,693 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 794,826 kcal
So : 3 533,517 mg

2020.02.25. KEDD

Étkezés: Ebéd

Lestyános karalábé leves
Magyaros sertés szelet
Főtt tészta

Energia : 876,857 kcal
So : 2 491,325 mg
Feherje : 39,932 g
Zsir : 37,917 g
- telített zsírsav : 6,191 g
Szenhidrat : 93,705 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 876,857 kcal
So : 2 491,325 mg

2020.02.26. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves
Lekváros bukta
Mandarin

Energia : 786,228 kcal
So : 1 465,952 mg
Cukor : 7,000 g
Feherje : 63,929 g
Zsir : 22,195 g
- telített zsírsav : 5,232 g
Szenhidrat : 116,231 g
KalciumTejtermek : 34,200 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : zeller

Energia : 786,228 kcal
So : 1 465,952 mg

2020.02.27. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves eperlevéllel
Lencse főzelék
Sertés pörkölt

Energia : 854,291 kcal
So : 2 127,247 mg
Cukor : 4,000 g
Feherje : 48,274 g
Zsir : 34,771 g
- telített zsírsav : 7,115 g
Szenhidrat : 87,236 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : mustár

Energia : 854,291 kcal
So : 2 127,247 mg

2020.02.28. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zöldség krémleves
Kukoricabundás halfilé tepsiben sütve
Párolt rizs

Energia : 888,710 kcal
So : 2 219,162 mg
Feherje : 38,358 g
Zsir : 30,640 g
- telített zsírsav : 5,829 g
Szenhidrat : 113,373 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : zeller
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : hal

Energia : 888,710 kcal
So : 2 219,162 mg

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!