

2020.02.03. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Györi csirkemell
Burgonya köret
Csemege uborka

Energia : 831,390 kcal
So : 3 927,582 mg
Feherje : 41,479 g
Zsir : 30,182 g
- telített zsírsav : 4,590 g
Szenhidrat : 96,853 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén

2020.02.04. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zeller leves
Kukoricás csirkeragu
Főtt burgonya

Energia : 779,604 kcal
So : 2 011,770 mg
Feherje : 33,306 g
Zsir : 27,611 g
- telített zsírsav : 4,378 g
Szenhidrat : 97,817 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2020.02.05. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Baromfi raguleves
Rizsfelfűjt
Alma kompót

Energia : 940,443 kcal
So : 1 489,722 mg
Cukor : 20,000 g
Feherje : 36,471 g
Zsir : 28,670 g
- telített zsírsav : 9,141 g
Szenhidrat : 131,674 g
KalciumTejtermek : 182,400 mg
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2020.02.06. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Mandulás csirkemell
Fél adag rizs
Fél adag zöldség

Energia : 1 029,205 kcal
So : 2 962,357 mg
Feherje : 52,574 g
Zsir : 47,732 g
- telített zsírsav : 6,486 g
Szenhidrat : 95,719 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : mandula

2020.02.07. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Francia hagymaleves pirított zsemlekockával
Őszibarackos csirkemell
Rizs köret

Energia : 797,372 kcal
So : 1 829,782 mg
Feherje : 39,542 g
Zsir : 28,195 g
- telített zsírsav : 8,466 g
Szenhidrat : 94,557 g
KalciumTejtermek : 120,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

2020.02.10. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zöldbab leves

Debreceni sertés szelet

Tarhonya köret

Csemege uborka

Energia : 1 039,584 kcal
So : 5 648,215 mg
Feherje : 46,794 g
Zsir : 49,793 g
- telített zsírsav : 9,077 g
Szenhidrat : 100,687 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2020.02.11. KEDD

Étkezés: Ebéd

Nyírségi gombóclevés

Darált húsos rakott karfiol reszelt sajttal

Energia : 786,470 kcal
So : 1 926,770 mg
Feherje : 47,826 g
Zsir : 34,108 g
- telített zsírsav : 11,470 g
Szenhidrat : 70,633 g
KalciumTejtermek : 150,000 mg
Allergen : tej
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2020.02.12. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Becsinált leves

Rántott cukkini

Rizs köret

Tartármártás

Energia : 1 529,645 kcal
So : 3 555,050 mg
Cukor : 10,000 g
Feherje : 40,085 g
Zsir : 84,821 g
- telített zsírsav : 12,099 g
Szenhidrat : 149,882 g
KalciumTejtermek : 48,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2020.02.13. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tojásleves

Sült csirkecomb

Burgonya püré

Párolt sárgarépa

Energia : 827,326 kcal
So : 2 255,560 mg
Feherje : 36,350 g
Zsir : 43,575 g
- telített zsírsav : 9,284 g
Szenhidrat : 70,626 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

2020.02.14. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Fahéjas almaleves

Óvári sertés szelet

Kuszkusz

Energia : 759,631 kcal
So : 1 695,810 mg
Cukor : 20,000 g
Feherje : 35,119 g
Zsir : 42,119 g
- telített zsírsav : 9,386 g
Szenhidrat : 59,505 g
KalciumTejtermek : 106,800 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : szója

A konyha az étrendváltoztatás jogát fenntartja!!!

2020.02.17. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Burgonya leves
Majorannás tokány
Rizi-bizi
Csemege uborka

Energia : 950,315 kcal
So : 4 885,260 mg
Fehérje : 35,097 g
Zsir : 35,711 g
- telített zsírsav : 5,487 g
Szenhidrat : 120,343 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2020.02.18. KEDD

Étkezés: Ebéd

Fokhagyma krémleves
Mézes-mustáros csirkemellfilé
Rizs köret

Energia : 897,712 kcal
So : 2 218,532 mg
Mez : 1,000 cu...
Fehérje : 39,032 g
Zsir : 32,401 g
- telített zsírsav : 7,364 g
Szenhidrat : 111,437 g
KalciumTejtermek : 60,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : mustár

2020.02.19. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Húsgombóc leves
Rántott karfiol
Rizs köret
Tartármártás

Energia : 1 450,715 kcal
So : 2 971,985 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 32,489 g
Zsir : 82,215 g
- telített zsírsav : 10,257 g
Szenhidrat : 142,987 g
KalciumTejtermek : 18,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2020.02.20. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Rántott sertés szelet
Zöldséges rizs
Cékla

Energia : 1 170,470 kcal
So : 2 929,575 mg
Fehérje : 41,378 g
Zsir : 55,520 g
- telített zsírsav : 8,090 g
Szenhidrat : 124,389 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2020.02.21. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Bazsalikomos paradicsomleves
Napraforgós bundában sült halfilé
Rizs köret
Majonézes öntet

Energia : 1 316,200 kcal
So : 2 732,825 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 39,678 g
Zsir : 66,503 g
- telített zsírsav : 6,627 g
Szenhidrat : 137,952 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : hal

2020.02.24. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves
Sertés falatok mexikói raguval
Burgonya köret

Energia : 799,120 kcal
So : 1 915,557 mg
Feherje : 33,270 g
Zsir : 32,932 g
- telített zsírsav : 5,291 g
Szenhidrat : 90,806 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

2020.02.25. KEDD

Étkezés: Ebéd

Lestyános karalábé leves
Töltött csirke
Francia saláta

Energia : 805,662 kcal
So : 3 512,425 mg
Cukor : 5,000 g
Feherje : 31,407 g
Zsir : 44,942 g
- telített zsírsav : 7,544 g
Szenhidrat : 68,284 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : mustár
Allergen : tej

2020.02.26. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves
Rántott gomba
Rizs köret
Majonézes öntet

Energia : 1 465,158 kcal
So : 3 096,202 mg
Feherje : 44,869 g
Zsir : 82,123 g
- telített zsírsav : 9,521 g
Szenhidrat : 133,675 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

2020.02.27. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves eperlevéllel
Töltött paprika
Fél adag burgonya

Energia : 884,135 kcal
So : 2 468,980 mg
Cukor : 20,000 g
Feherje : 34,615 g
Zsir : 31,140 g
- telített zsírsav : 5,293 g
Szenhidrat : 114,444 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

2020.02.28. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zöldség krémleves
Milánói sertésborda reszelt sajttal

Energia : 1 055,480 kcal
So : 3 251,650 mg
Feherje : 50,541 g
Zsir : 39,700 g
- telített zsírsav : 9,941 g
Szenhidrat : 124,201 g
KalciumTejtermek : 96,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : zeller