

2020.11.02. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Minestrone leves
Györi aprópecsenye
Párolt rizs
Csemege uborka

Energia : 825,980 kcal
So : 3 551,807 mg
Fehérje : 31,219 g
Zsir : 34,321 g
- telített zsírsav : 5,235 g
Szenhidrat : 96,185 g
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén

Energia : 825,980 kcal
So : 3 551,807 mg

2020.11.03. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Gombás csirkemell
Házi tarhonya

Energia : 849,170 kcal
So : 2 002,307 mg
Fehérje : 48,865 g
Zsir : 26,782 g
- telített zsírsav : 5,373 g
Szenhidrat : 102,986 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

Energia : 849,170 kcal
So : 2 002,307 mg

2020.11.04. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Sertés ragu leves
Túrós batyu
Körte

Energia : 837,873 kcal
So : 1 604,985 mg
Cukor : 23,000 g
Fehérje : 75,224 g
Zsir : 37,059 g
- telített zsírsav : 9,180 g
Szenhidrat : 92,182 g
KalciumTejtermek : 75,600 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

Energia : 837,873 kcal
So : 1 604,985 mg

2020.11.05. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves eperlevéllel
Babfőzelék
Sertés pörkölt

Energia : 862,676 kcal
So : 2 018,430 mg
Fehérje : 44,742 g
Zsir : 38,686 g
- telített zsírsav : 6,967 g
Szenhidrat : 84,229 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 862,676 kcal
So : 2 018,430 mg

2020.11.06. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Fokhagyma krémleves
Sült halfilé
Francia saláta

Energia : 895,822 kcal
So : 3 225,627 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 33,332 g
Zsir : 55,422 g
- telített zsírsav : 9,799 g
Szenhidrat : 65,538 g
KalciumTejtermek : 72,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : hal
Allergen : mustár

Energia : 895,822 kcal
So : 3 225,627 mg

2020.11.09. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Őszi zöldségleves
Hentes tokány
Bulgur

Energia : 786,340 kcal
So : 2 651,307 mg
Fehérje : 38,010 g
Zsir : 25,715 g
- telített zsírsav : 4,920 g
Szenhidrat : 105,466 g
Allergen : szója
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

Energia : 786,340 kcal
So : 2 651,307 mg

2020.11.10. KEDD

Étkezés: Ebéd

Fahéjas almaleves
Darált húsos rakott zöldbab

Energia : 718,155 kcal
So : 909,610 mg
Cukor : 20,000 g
Fehérje : 33,222 g
Zsir : 22,063 g
- telített zsírsav : 7,079 g
Szenhidrat : 95,832 g
KalciumTejtermek : 66,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

Energia : 718,155 kcal
So : 909,610 mg

2020.11.11. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Nyírségi gombóclevés
Lekváros derelye
Narancs

Energia : 824,995 kcal
So : 1 382,935 mg
Cukor : 3,000 g
Fehérje : 28,436 g
Zsir : 18,711 g
- telített zsírsav : 4,988 g
Szenhidrat : 134,051 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

Energia : 824,995 kcal
So : 1 382,935 mg

2020.11.12. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Májgaluska leves
Kelkáposzta főzelék
Sertés sült

Energia : 809,491 kcal
So : 2 632,700 mg
Fehérje : 43,018 g
Zsír : 41,713 g
- telített zsírsav : 7,317 g
Szenhidrat : 65,248 g
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

Energia : 809,491 kcal
So : 2 632,700 mg

2020.11.13. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zellerkrém leves
Kukoricabundában sült csirkemell
Burgonya püré

Energia : 847,912 kcal
So : 2 273,707 mg
Fehérje : 42,667 g
Zsír : 32,886 g
- telített zsírsav : 9,406 g
Szenhidrat : 93,960 g
KalciumTejtermek : 93,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 847,912 kcal
So : 2 273,707 mg

2020.11.16. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Karfiol leves
Bolognai spagetti reszelt sajttal

Energia : 893,980 kcal
So : 2 667,135 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 39,866 g
Zsír : 34,124 g
- telített zsírsav : 7,414 g
Szenhidrat : 106,693 g
KalciumTejtermek : 90,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

Energia : 893,980 kcal
So : 2 667,135 mg

2020.11.17. KEDD

Étkezés: Ebéd

Francia hagymaleves
Csirkemájás sertés szelet
Főtt burgonya
Vegyes savanyúság

Energia : 807,275 kcal
So : 1 669,557 mg
Fehérje : 40,834 g
Zsír : 29,751 g
- telített zsírsav : 8,278 g
Szenhidrat : 92,287 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 807,275 kcal
So : 1 669,557 mg

2020.11.18. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Frankfurti leves
Kakaós csiga
Narancs

Energia : 790,995 kcal
So : 1 132,420 mg
Cukor : 24,000 g
Fehérje : 55,154 g
Zsir : 25,511 g
- telített zsírsav : 7,926 g
Szenhidrat : 118,713 g
KalciumTejtermek : 52,800 mg
Allergen : tej
Allergen : szója
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 790,995 kcal
So : 1 132,420 mg

2020.11.19. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Burgonya főzelék
Fasírt

Energia : 875,488 kcal
So : 2 674,080 mg
Fehérje : 36,007 g
Zsir : 33,178 g
- telített zsírsav : 7,253 g
Szenhidrat : 108,060 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 875,488 kcal
So : 2 674,080 mg

2020.11.20. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Sütötök krémleves pirított zsemlekockával
Párolt halfilé
Rizs köret
Csemege uborka

Energia : 703,627 kcal
So : 3 166,312 mg
Cukor : 15,000 g
Fehérje : 38,855 g
Zsir : 8,782 g
- telített zsírsav : 2,955 g
Szenhidrat : 116,725 g
KalciumTejtermek : 228,000 mg
Allergen : hal
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 703,627 kcal
So : 3 166,312 mg

2020.11.23. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Paradicsom leves
Lecsós pulykaragu
Hántolt árpa

Energia : 834,800 kcal
So : 2 200,095 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 30,427 g
Zsir : 31,090 g
- telített zsírsav : 3,977 g
Szenhidrat : 108,260 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 834,800 kcal
So : 2 200,095 mg

2020.11.24. KEDD

Étkezés: Ebéd

Lestyános karalábé leves
Főtt hús
Őszi gyümölcs mártás
Rizs köret

Energia : 897,267 kcal
So : 2 275,242 mg
Cukor : 10,000 g
Fehérje : 35,543 g
Zsir : 29,735 g
- telített zsírsav : 6,944 g
Szenhidrat : 120,942 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 897,267 kcal
So : 2 275,242 mg

2020.11.25. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Csirkebecsinált leves
Darás tészta porcukorral
Alma

Energia : 837,010 kcal
So : 1 899,625 mg
Fehérje : 36,362 g
Zsir : 22,907 g
- telített zsírsav : 6,002 g
Szenhidrat : 121,409 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : zeller

Energia : 837,010 kcal
So : 1 899,625 mg

2020.11.26. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves
Tökfőzelék
Vagdalthús

Energia : 845,510 kcal
So : 3 170,970 mg
Fehérje : 37,626 g
Zsir : 36,582 g
- telített zsírsav : 8,049 g
Szenhidrat : 92,818 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

Energia : 845,510 kcal
So : 3 170,970 mg

2020.11.27. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Rozmaringos karfiol krémleves pirított zsemlekockával
Sajtos csirkemell
Rizs köret
Vegyes savanyúság

Energia : 855,407 kcal
So : 2 223,642 mg
Fehérje : 42,223 g
Zsir : 33,031 g
- telített zsírsav : 10,076 g
Szenhidrat : 95,252 g
KalciumTejtermek : 156,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén

Energia : 855,407 kcal
So : 2 223,642 mg