

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT "A"

Dátum: 2018/03/12

Hétfő 2018/03/12	Kedd 2018/03/13	Szerda 2018/03/14	Csütörtök 2018/03/15	Péntek 2018/03/16
Csontleves 96 kcal 390 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Cigánypecsenye 659 kcal 2.754 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Szárnyas aprólékleves 154 kcal 645 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,		
Banán 211 kcal 882 kJ	Fott burgonya 235 kcal 983 kJ	Nemzeti 188 kcal 785 kJ		
Kelkáposzta fozelék 257 kcal 1.072 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Zöldbab leves magyaros 169 kcal 679 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Zöldséges rizs 224 kcal 939 kJ		
Marhapörkölt 329 kcal 1.375 kJ		Desszert 114 kcal 477 kJ A:Tej, Földimogyoró, Diófélék,		

Kalória: 892,47 kcal
 Energia: 3.719,07 kJ
 Zsír:: 34,8334 g
 Fehérje: 37,4440 g
 Szénhidrát: 104,4644 g
 Só: 3,2718 g
 Cukor: 2,8100 g
 Tel.zsírsvav: 1,4530 g

Kalória: 1.062,26kcal
 Energia: 4.416,24kJ
 Zsír:: 69,5885 g
 Fehérje: 32,1830 g
 Szénhidrát: 60,5175 g
 Só: 3,8188 g
 Cukor: 10,6910 g
 Tel.zsírsvav: 11,9050 g

Kalória: 680,58kcal
 Energia: 2.846,03 kJ
 Zsír:: 21,8342 g
 Fehérje: 47,2981 g
 Szénhidrát: 96,4232 g
 Só: 4,1413 g
 Cukor: 18,3000 g
 Tel.zsírsvav: 9,5483 g

Kalória:
 Energia:
 Zsír::
 Fehérje:
 Szénhidrát:
 Só:
 Cukor:
 Tel.zsírsvav:

Kalória:
 Energia:
 Zsír::
 Fehérje:
 Szénhidrát:
 Só:
 Cukor:
 Tel.zsírsvav:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT "B"

Dátum: 2018/03/12

Hétfő 2018/03/12	Kedd 2018/03/13	Szerda 2018/03/14	Csütörtök 2018/03/15	Péntek 2018/03/16
Csontleves 96 kcal 390 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Tészta köret 458 kcal 1.914 kJ A:Glutén, Tojás,	Szárnyas apróléklevés 155 kcal 648 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,		
Banán 211 kcal 882 kJ	Zöldbab leves magyaros 169 kcal 679 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Rakott burgonya tejföllel, tojással 470 kcal 1.967 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,		
Tejszínes fokhagymás tészta 667 kcal 2.787 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,	Gombapörkölt 121 kcal 508 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Desszert 114 kcal 477 kJ A:Tej, Földimogyoró, Diófélék,		

Kalória: 973,63 kcal
 Energia: 4.059,13 kJ
 Zsír:: 27,1937 g
 Fehérje: 35,3277 g
 Szénhidrát: 152,2004 g
 Só: 3,4320 g
 Cukor: 8,1875 g
 Tel.zsírsvav: 2,4025 g

Kalória: 747,83kcal
 Energia: 3.101,35kJ
 Zsír:: 25,0298 g
 Fehérje: 25,1242 g
 Szénhidrát: 99,3820 g
 Só: 3,7585 g
 Cukor: 4,6086 g
 Tel.zsírsvav: 3,0966 g

Kalória: 739,28kcal
 Energia: 3.091,51 kJ
 Zsír:: 26,4185 g
 Fehérje: 40,2516 g
 Szénhidrát: 86,5687 g
 Só: 4,0428 g
 Cukor: 23,9050 g
 Tel.zsírsvav: 11,7517 g

Kalória:
 Energia:
 Zsír::
 Fehérje:
 Szénhidrát:
 Só:
 Cukor:
 Tel.zsírsvav:

Kalória:
 Energia:
 Zsír::
 Fehérje:
 Szénhidrát:
 Só:
 Cukor:
 Tel.zsírsvav:

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT "C"

Dátum: 2018/03/12

Hétfő 2018/03/12	Kedd 2018/03/13	Szerda 2018/03/14	Csütörtök 2018/03/15	Péntek 2018/03/16
Csontleves 96 kcal 390 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Fott burgonya 235 kcal 983 kJ			
Banán 158 kcal 662 kJ	Zöldbab leves magyaros 169 kcal 679 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,			
Rakott tészta hússal 804 kcal 3.364 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,	Sült csirke mell 137 kcal 572 kJ			
	Friss saláta öntettel 71 kcal 297 kJ A:Tej,			

Kalória: 1.058,77 kcal
 Energia: 4.415,20 kJ
 Zsír:: 30,8251 g
 Fehérje: 54,3533 g
 Szénhidrát: 131,9610 g
 Só: 3,9225 g
 Cukor: 4,2155 g
 Tel.zsírsvav: 11,7685 g

Kalória: 611,62kcal
 Energia: 2.531,70kJ
 Zsír:: 15,9630 g
 Fehérje: 38,2590 g
 Szénhidrát: 72,9140 g
 Só: 3,7378 g
 Cukor: 15,3380 g
 Tel.zsírsvav: 1,3750 g

Kalória:
 Energia:
 Zsír::
 Fehérje:
 Szénhidrát:
 Só:
 Cukor:
 Tel.zsírsvav:

Kalória:
 Energia:
 Zsír::
 Fehérje:
 Szénhidrát:
 Só:
 Cukor:
 Tel.zsírsvav:

Kalória:
 Energia:
 Zsír::
 Fehérje:
 Szénhidrát:
 Só:
 Cukor:
 Tel.zsírsvav: