

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: NYUGDÍJAS "A"  
Dátum: 2018/05/14

Hétfő 2018/05/14	Kedd 2018/05/15	Szerda 2018/05/16	Csütörtök 2018/05/17	Péntek 2018/05/18	Szombat 2018/05/19	Vasárnap 2018/05/20
<b>Gombaleves</b> 609,85 kJ 152,05 kcal A: Glutén,	<b>Jókai bableves</b> 1.860,56 kJ 444,91 kcal A: Glutén, Tej, Diófélék,	<b>Tarhonya leve</b> 583,02 kJ 143,33 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék,	<b>Csontleves</b> 1.280,39 kJ 308,86 kcal A: Glutén, Tojás, Diófélék,	<b>Rizs köret</b> 1.087,10 kJ 259,95 kcal A: Diófélék,	<b>Rakott zöldbab</b> 2.012,15 kJ 481,16 kcal A: Tej,	<b>Daragaluska leves</b> 727,63 kJ 173,99 kcal A: Glutén, Tojás, Diófélék,
<b>Rántott halfilé</b> 1.913,76 kJ 457,63 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Halak,	<b>Túrós csusza</b> 2.365,90 kJ 565,75 kcal A: Glutén, Tojás, Tej,	<b>Tökfozelé</b> 809,28 kJ 193,52 kcal A: Glutén, Tej, Diófélék,	<b>Burgonya köre</b> 610,98 kJ 146,10 kcal	<b>Párolt sárgarépa</b> 634,47 kJ 151,72 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Diófélék,	<b>Rétes</b> 1.426,03 kJ 341,00 kcal A: Glutén, Tej, Földimogyoró, Szójabab, Kén-dioxid,	<b>Sült csirkecomb</b> 1.675,35 kJ 400,62 kcal
<b>Petrezselymes húrgonva</b> 1.348,64 kJ 322,49 kcal		<b>Marhapörkölt</b> 858,34 kJ 205,28 kcal	<b>Gyümölcs</b> 326,19 kJ 78,00 kcal	<b>Fahéjas szilvalev</b> 648,16 kJ 155,04 kcal A: Glutén, Tej,	<b>Magyaros húrgonvaleves</b> 738,37 kJ 176,56 kcal A: Glutén, Diófélék,	<b>Rizibiz</b> 967,27 kJ 231,30 kcal
		<b>Sütemén</b> 1.426,03 kJ 341,00 kcal A: Glutén, Tej, Földimogyoró, Szójabab, Kén-dioxid,	<b>Sült sertés</b> 138,34 kJ 33,08 kcal	<b>Csirkemell toká</b> 879,62 kJ 210,34 kcal A: Zeller, Kén-dioxid, Diófélék,		<b>Savanyúság cékla</b> 265,00 kJ 63,37 kcal
			<b>Kenyé</b> 647,15 kJ 154,75 kcal A: Glutén, Szójabab,			

Kalória:	932,17kcal	Kalória:	1.010,65kcal	Kalória:	883,13kcal	Kalória:	720,79kcal	Kalória:	777,06kcal	Kalória:	998,72kcal	Kalória:	869,28kcal
Energia:	3.872,25kJ	Energia:	4.226,45 kJ	Energia:	3.676,66 kJ	Energia:	3.003,04kJ	Energia:	3.249,37kJ	Energia:	4.176,55kJ	Energia:	3.635,25 kJ
Zsír::	36,5361 g	Zsír::	35,5366 g	Zsír::	45,7250 g	Zsír::	32,9388 g	Zsír::	25,9339 g	Zsír::	55,0788 g	Zsír::	33,0925 g
Fehérje:	41,3992 g	Fehérje:	41,2176 g	Fehérje:	35,9205 g	Fehérje:	21,7276 g	Fehérje:	40,8090 g	Fehérje:	34,8880 g	Fehérje:	73,6345 g
Szénhidrát:	103,1341 g	Szénhidrát:	114,1202 g	Szénhidrát:	81,6493 g	Szénhidrát:	83,8635 g	Szénhidrát:	107,8891 g	Szénhidrát:	88,2388 g	Szénhidrát:	95,2360 g
Só:	2,0391 g	Só:	3,0604 g	Só:	2,3605 g	Só:	2,8098 g	Só:	2,7455 g	Só:	3,9568 g	Só:	2,9610 g
Cukor:	2,3368 g	Cukor:	3,7154 g	Cukor:	16,7213 g	Cukor:	22,3215 g	Cukor:	29,4533 g	Cukor:	25,9364 g	Cukor:	5,8925 g
Tel.zsírsvav:	2,7816 g	Tel.zsírsvav:	545,5660 g	Tel.zsírsvav:	11,4683 g	Tel.zsírsvav:	1,5800 g	Tel.zsírsvav:	4,2193 g	Tel.zsírsvav:	16,0778 g	Tel.zsírsvav:	5,5880 g