

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT "A"

Dátum: 2018/07/09

Hétfő 2018/07/09	Kedd 2018/07/10	Szerda 2018/07/11	Csütörtök 2018/07/12	Péntek 2018/07/13
Gulyásleves 199 kcal 834 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Nyírségi gombóc leves 241 kcal 981 kJ A:Glutén,	Paradicsom leves 221 kcal 920 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	Csontleves 259 kcal 1.070 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Cigánypecsenye 454 kcal 1.900 kJ
Sajtos metélt 795 kcal 3.324 kJ A:Tojás, Tej,	Tökfozelék 196 kcal 818 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Hagymás rostélyos 103 kcal 431 kJ A:Glutén,	Egresmártás 229 kcal 958 kJ A:Glutén, Tej,	Burgonya köret 263 kcal 1.101 kJ
Gyümölcs 50 kcal 208 kJ	Sertéspörkölt 215 kcal 900 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Kén-dioxid, Diófélék,	Tört burgonya 236 kcal 988 kJ	Sült csirke-comb 402 kcal 1.682 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller,	Gomba krémleves 215 kcal 900 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Szójabab, Diófélék, Szezám, Szezám, Szezám,
	Sütemény 217 kcal 905 kJ A:Glutén, Tojás, Szójabab,	Kovászos uborka 14 kcal 58 kJ A:Glutén,	Müzliszelet 77 kcal 323 kJ A:Szójabab, Csillagfűrt,	
		Kenyér és ásványvíz 279 kcal 1.165 kJ A:Glutén, Szójabab,		

Kalória: 1.043,88 kcal
Energia: 4.365,20 kJ
Zsír:: 45,6027 g
Fehérje: 54,2166 g
Szénhidrát: 102,7133 g
Só: 3,8077 g
Cukor: 6,1885 g
Tel.zsírsv: 14,0288 g

Kalória: 868,20kcal
Energia: 3.604,71kJ
Zsír:: 43,8650 g
Fehérje: 48,0284 g
Szénhidrát: 77,7666 g
Só: 2,8735 g
Cukor: 1,7956 g
Tel.zsírsv: 1,3182 g

Kalória: 852,42kcal
Energia: 3.561,62 kJ
Zsír:: 13,9295 g
Fehérje: 20,7545 g
Szénhidrát: 145,3750 g
Só: 4,2870 g
Cukor: 40,7740 g
Tel.zsírsv: 2,2135 g

Kalória: 967,54kcal
Energia: 4.033,33kJ
Zsír:: 42,0249 g
Fehérje: 72,5087 g
Szénhidrát: 69,3033 g
Só: 3,3927 g
Cukor: 36,3891 g
Tel.zsírsv: 4,2725 g

Kalória: 933,01kcal
Energia: 3.901,74 kJ
Zsír:: 50,3565 g
Fehérje: 35,9765 g
Szénhidrát: 74,5155 g
Só: 4,2245 g
Cukor: 0,7315 g
Tel.zsírsv: 13,4405 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT "B"

Dátum: 2018/07/09

Hétfő 2018/07/09	Kedd 2018/07/10	Szerda 2018/07/11	Csütörtök 2018/07/12	Péntek 2018/07/13
Gulyásleves 199 kcal 834 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Nyírségi gombóc leves 241 kcal 981 kJ A:Glutén,	Paradicsom leves 221 kcal 920 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	Csontleves 259 kcal 1.070 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Rántott sajt 371 kcal 1.550 kJ A:Glutén, Tej,
Mákos metélt 671 kcal 2.806 kJ A:Tojás,	Zöldség fasírt 41 kcal 173 kJ A:Glutén,	Rántott karfiol 274 kcal 1.144 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,	Tojásos galuska 649 kcal 2.713 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,	Görögsalá 392 kcal 1.605 kJ A:Tej,
Gyümölcs 50 kcal 208 kJ	Rizibizi 240 kcal 1.006 kJ	Tört burgonya 236 kcal 988 kJ	Fejes saláta 80 kcal 333 kJ	Gomba krémleves 215 kcal 900 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Szójabab, Diófélék, Szezám, Szezám, Szezám, Szezám,
	Sütemény 217 kcal 905 kJ A:Glutén, Tojás, Szójabab,	Kovászos uborka 14 kcal 58 kJ A:Glutén,	Müzli szelet 77 kcal 323 kJ A:Szójabab, Csillagfűrt,	

Kalória: 919,95 kcal
Energia: 3.846,93 kJ
Zsír:: 27,8962 g
Fehérje: 36,2833 g
Szénhidrát: 128,5580 g
Só: 2,5411 g
Cukor: 27,7719 g
Tel.zsírsv: 1,5288 g

Kalória: 739,22kcal
Energia: 3.065,32kJ
Zsír:: 32,3550 g
Fehérje: 26,4555 g
Szénhidrát: 107,1250 g
Só: 2,0250 g
Cukor: 4,8050 g
Tel.zsírsv: 1,5300 g

Kalória: 744,31kcal
Energia: 3.109,49 kJ
Zsír:: 18,6347 g
Fehérje: 21,4721 g
Szénhidrát: 118,5910 g
Só: 3,5360 g
Cukor: 18,2300 g
Tel.zsírsv: 2,4295 g

Kalória: 1.064,55kcal
Energia: 4.439,34kJ
Zsír:: 40,3142 g
Fehérje: 31,3547 g
Szénhidrát: 120,6189 g
Só: 2,7877 g
Cukor: 16,6800 g
Tel.zsírsv: 1,3335 g

Kalória: 978,20kcal
Energia: 4.055,28 kJ
Zsír:: 45,1417 g
Fehérje: 26,3905 g
Szénhidrát: 52,4445 g
Só: 3,8510 g
Cukor: 2,9544 g
Tel.zsírsv: 1,3300 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT DIA

Dátum: 2018/07/09

Hétfő 2018/07/09	Kedd 2018/07/10	Szerda 2018/07/11	Csütörtök 2018/07/12	Péntek 2018/07/13
Gulyásleves 199 kcal 834 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Nyírségi gombóc leves 241 kcal 981 kJ A:Glutén,	Paradicsom leves 180 kcal 750 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,	Csontleves 259 kcal 1.070 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Karfiol leves 188 kcal 787 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller, Diófélék,
Sajtos metélt 795 kcal 3.324 kJ A:Tojás, Tej,	Tökfozelék 196 kcal 818 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Hagymás rostélyos 161 kcal 673 kJ A:Glutén,	Egresmártás 161 kcal 673 kJ A:Glutén, Tej,	Cigánypecsenye 287 kcal 1.202 kJ
Gyümölcs 50 kcal 208 kJ	Sertéspörkölt 215 kcal 900 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Kén-dioxid, Diófélék,	Tört burgonya 236 kcal 988 kJ	Sült csirke-comb 402 kcal 1.682 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller,	Burgonya köret 263 kcal 1.101 kJ
	Kenyér 155 kcal 647 kJ A:Glutén, Szójabab,	Kovászos uborka 11 kcal 46 kJ A:Glutén,	Kenyér 155 kcal 647 kJ A:Glutén, Szójabab,	

Kalória: 1.043,87 kcal
Energia: 4.365,17 kJ
Zsír:: 45,6026 g
Fehérje: 54,2161 g
Szénhidrát: 102,7117 g
Só: 3,8077 g
Cukor: 6,1885 g
Tel.zsírsv: 14,0288 g

Kalória: 806,45kcal
Energia: 3.346,47kJ
Zsír:: 35,6450 g
Fehérje: 49,7884 g
Szénhidrát: 78,3466 g
Só: 3,2185 g
Cukor: 16,0456 g
Tel.zsírsv: 1,8682 g

Kalória: 588,34kcal
Energia: 2.457,24 kJ
Zsír:: 17,3255 g
Fehérje: 13,1465 g
Szénhidrát: 81,4310 g
Só: 3,2740 g
Cukor: 5,1240 g
Tel.zsírsv: 1,9235 g

Kalória: 976,96kcal
Energia: 4.072,71kJ
Zsír:: 41,7048 g
Fehérje: 75,8687 g
Szénhidrát: 86,4827 g
Só: 3,7377 g
Cukor: 28,4391 g
Tel.zsírsv: 4,8225 g

Kalória: 738,77kcal
Energia: 3.089,47 kJ
Zsír:: 29,0098 g
Fehérje: 36,3070 g
Szénhidrát: 74,4250 g
Só: 4,0240 g
Cukor: 4,4230 g
Tel.zsírsv: 7,2906 g