

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT "A"

Dátum: 2018/12/03

Hétfő 2018/12/03	Kedd 2018/12/04	Szerda 2018/12/05	Csütörtök 2018/12/06	Péntek 2018/12/07
<b>Csontleves</b> 220 kcal 907 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	<b>Zöldség leves 1</b> 207 kcal 852 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	<b>Alma</b> 78 kcal 326 kJ	<b>Gyümölcs leves</b> 209 kcal 872 kJ A:Glutén, Tej,	<b>Paradicsom leves</b> 221 kcal 920 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,
<b>Rántott ponty</b> 490 kcal 2.050 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Halak,	<b>Párolt rizs</b> 295 kcal 1.235 kJ	<b>Frankfurti leves</b> 311 kcal 1.299 kJ A:Glutén, Tej, Szójabab, Diófélék,	<b>Csülökpörkölt</b> 387 kcal 1.619 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	<b>Petrezselymes burgonya</b> 316 kcal 1.323 kJ
<b>Tört burgonya</b> 282 kcal 1.179 kJ	<b>Csokoládé</b> 95 kcal 397 kJ A:Tej, Földimogyoró, Diófélék, Szezám, Szezám, Szezám,	<b>Disznótoros tört burgonyával</b> 620 kcal 2.591 kJ	<b>Tarhonya köret</b> 400 kcal 1.672 kJ A:Glutén, Tojás,	<b>Konviktusi sertés szelet</b> 369 kcal 1.542 kJ A:Tej, Mustár, Szójabab,
<b>Kenyér és ásványvíz</b> 62 kcal 259 kJ A:Glutén,	<b>Mészáros tokány</b> 344 kcal 1.438 kJ A:Szójabab,	<b>Csemege uborka</b> 14 kcal 58 kJ A:Mustár,		

Kalória: 1.053,82 kcal  
Energia: 4.394,49 kJ  
Zsír:: 36,1858 g  
Fehérje: 49,6710 g  
Szénhidrát: 124,0524 g  
Só: 3,2747 g  
Cukor: 18,9600 g  
Tel.zsírsv: 2,2035 g

Kalória: 940,93kcal  
Energia: 3.922,41kJ  
Zsír:: 49,6251 g  
Fehérje: 44,0969 g  
Szénhidrát: 112,2084 g  
Só: 3,7788 g  
Cukor: 3,8615 g  
Tel.zsírsv: 5,3854 g

Kalória: 1.022,05kcal  
Energia: 4.274,00 kJ  
Zsír:: 48,3421 g  
Fehérje: 34,0552 g  
Szénhidrát: 62,4941 g  
Só: 3,9588 g  
Cukor: 7,6788 g  
Tel.zsírsv: 17,1450 g

Kalória: 995,41kcal  
Energia: 4.162,45kJ  
Zsír:: 48,2955 g  
Fehérje: 37,2105 g  
Szénhidrát: 91,6084 g  
Só: 2,4969 g  
Cukor: 22,9921 g  
Tel.zsírsv: 1,2467 g

Kalória: 905,98kcal  
Energia: 3.785,61 kJ  
Zsír:: 17,3855 g  
Fehérje: 31,3535 g  
Szénhidrát: 78,2960 g  
Só: 2,8595 g  
Cukor: 23,7460 g  
Tel.zsírsv: 2,3827 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT "B"

Dátum: 2018/12/03

Hétfő 2018/12/03	Kedd 2018/12/04	Szerda 2018/12/05	Csütörtök 2018/12/06	Péntek 2018/12/07
<b>Csontleves</b>  220 kcal 907 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	<b>Zöldség leves 1</b>  207 kcal 852 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	<b>Alma</b>  78 kcal 326 kJ	<b>Gyümölcs leves</b>  209 kcal 872 kJ A:Glutén, Tej,	<b>Paradicsom leves</b>  221 kcal 920 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,
<b>Káposztás kocka</b>  506 kcal 2.115 kJ A:Glutén, Tojás,	<b>Csokoládé</b>  95 kcal 397 kJ A:Tej, Földimogyoró, Diófélék, Szezám, Szezám, Szezám,	<b>Frankfurti leves</b>  312 kcal 1.305 kJ A:Glutén, Tej, Szójabab, Diófélék,	<b>Rakott karfiol</b>  485 kcal 2.027 kJ A:Tej,	<b>Rántott sajt</b>  344 kcal 1.440 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Szezám, Szezám,
	<b>Zöldborsó fozelék</b>  370 kcal 1.546 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	<b>Lekváros derelye</b>  680 kcal 2.844 kJ A:Glutén, Tojás,		<b>Rizs köret</b>  315 kcal 1.316 kJ
	<b>Fott kemény tojás</b>  81 kcal 337 kJ A:Tojás,			

Kalória: 725,48 kcal  
Energia: 3.021,38 kJ  
Zsír:: 21,2246 g  
Fehérje: 24,2174 g  
Szénhidrát: 92,1104 g  
Só: 3,2867 g  
Cukor: 10,3800 g  
Tel.zsírsv: 1,3435 g

Kalória: 752,04kcal  
Energia: 3.132,48kJ  
Zsír:: 39,3146 g  
Fehérje: 39,1944 g  
Szénhidrát: 59,9384 g  
Só: 2,1089 g  
Cukor: 22,6765 g  
Tel.zsírsv: 1,8699 g

Kalória: 1.070,38kcal  
Energia: 4.475,60 kJ  
Zsír:: 30,7203 g  
Fehérje: 28,9453 g  
Szénhidrát: 156,0714 g  
Só: 3,6485 g  
Cukor: 59,9200 g  
Tel.zsírsv: 7,2950 g

Kalória: 693,20kcal  
Energia: 2.898,65kJ  
Zsír:: 31,6454 g  
Fehérje: 27,6673 g  
Szénhidrát: 69,9416 g  
Só: 2,3280 g  
Cukor: 29,6550 g  
Tel.zsírsv: 5,7510 g

Kalória: 879,76kcal  
Energia: 3.675,93 kJ  
Zsír:: 32,0380 g  
Fehérje: 28,4005 g  
Szénhidrát: 131,6930 g  
Só: 2,5263 g  
Cukor: 15,5415 g  
Tel.zsírsv: 9,9995 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT "C"

Dátum: 2018/12/03

Hétfő 2018/12/03	Kedd 2018/12/04	Szerda 2018/12/05	Csütörtök 2018/12/06	Péntek 2018/12/07
<b>Csontleves</b>  220 kcal 907 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	<b>Zöldség leves 1</b>  207 kcal 852 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,		<b>Gyümölcs leves</b>  209 kcal 872 kJ A:Glutén, Tej,	<b>Paradicsom leves</b>  221 kcal 920 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,
<b>Csirkepörkölt</b>  526 kcal 2.200 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Kén-dioxid,	<b>Zöldborsó fozelék</b>  370 kcal 1.546 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,		<b>Zöldfuszeres harcsa</b>  139 kcal 568 kJ A:Tej, Halak,	<b>Párolt sertés szelet</b>  188 kcal 785 kJ
	<b>Natur sertésszelet</b>  237 kcal 991 kJ		<b>Párolt zöldségek</b>  109 kcal 428 kJ	<b>Petrezselymes burgonya</b>  316 kcal 1.323 kJ
	<b>Csokoládé</b>  95 kcal 397 kJ A:Tej, Földimogyoró, Diófélék, Szezám, Szezám,		<b>Kenyér és ásványvíz</b>  279 kcal 1.165 kJ A:Glutén,	<b>Kenyér és ásványvíz</b>  279 kcal 1.165 kJ A:Glutén,
	<b>Kenyér és ásványvíz</b>  124 kcal 518 kJ A:Glutén,			

Kalória: 745,89 kcal  
 Energia: 3.106,77 kJ  
 Zsír:: 24,3779 g  
 Fehérje: 50,5413 g  
 Szénhidrát: 82,4734 g  
 Só: 2,3308 g  
 Cukor: 11,4925 g  
 Tel.zsír-sav: 1,0550 g

Kalória: 1.032,23kcal  
 Energia: 4.304,21kJ  
 Zsír:: 42,2586 g  
 Fehérje: 61,9984 g  
 Szénhidrát: 87,8464 g  
 Só: 3,9049 g  
 Cukor: 34,0765 g  
 Tel.zsír-sav: 10,0099 g

Kalória:  
 Energia:  
 Zsír::  
 Fehérje:  
 Szénhidrát:  
 Só:  
 Cukor:  
 Tel.zsír-sav:

Kalória: 734,29kcal  
 Energia: 3.033,18kJ  
 Zsír:: 17,7848 g  
 Fehérje: 37,0895 g  
 Szénhidrát: 84,1972 g  
 Só: 2,9745 g  
 Cukor: 53,3790 g  
 Tel.zsír-sav: 4,2600 g

Kalória: 1.003,52kcal  
 Energia: 4.193,49 kJ  
 Zsír:: 24,0145 g  
 Fehérje: 40,8585 g  
 Szénhidrát: 131,3270 g  
 Só: 3,1285 g  
 Cukor: 49,2990 g  
 Tel.zsír-sav: 2,3895 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT DIA  
Dátum: 2018/12/03

Hétfő 2018/12/03	Kedd 2018/12/04	Szerda 2018/12/05	Csütörtök 2018/12/06	Péntek 2018/12/07
<b>Csontleves</b> 220 kcal 906 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Diófélék,	<b>Zöldség leves 1</b> 207 kcal 852 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller, Diófélék,	<b>Frankfurti leves</b> 311 kcal 1.303 kJ A:Glutén, Tej, Szójabab, Diófélék,	<b>Gyümölcs leves</b> 184 kcal 771 kJ A:Glutén, Tej,	<b>Paradicsom leves</b> 180 kcal 750 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller,
<b>Csirkepörkölt</b> 479 kcal 2.003 kJ A:Zeller, Kén-dioxid, Diófélék,	<b>Zöldborsó fozalék</b> 369 kcal 1.545 kJ A:Glutén, Tej, Diófélék,	<b>Disznótoros tört burgonyával</b> 659 kcal 2.756 kJ	<b>Zöldfuszeres harcsa</b> 128 kcal 522 kJ A:Tej, Halak,	<b>Párolt sertés szelet</b> 188 kcal 785 kJ
	<b>Natur sertésszelet</b> 237 kcal 991 kJ	<b>Alma</b> 78 kcal 326 kJ	<b>Párolt zöldségek</b> 76 kcal 293 kJ	<b>Petrezselymes burgonya</b> 269 kcal 1.127 kJ
			<b>Kenyér</b> 214 kcal 893 kJ A:Glutén,	

Kalória: 698,45 kcal  
Energia: 2.908,38 kJ  
Zsír:: 24,2279 g  
Fehérje: 49,3983 g  
Szénhidrát: 73,0534 g  
Só: 2,4025 g  
Cukor: 10,4875 g  
Tel.zsírsvav: 1,0500 g

Kalória: 813,09kcal  
Energia: 3.387,79kJ  
Zsír:: 35,6646 g  
Fehérje: 57,6274 g  
Szénhidrát: 53,1924 g  
Só: 4,2016 g  
Cukor: 23,3515 g  
Tel.zsírsvav: 9,5649 g

Kalória: 1.048,49kcal  
Energia: 4.384,58 kJ  
Zsír:: 63,8463 g  
Fehérje: 40,0373 g  
Szénhidrát: 73,3971 g  
Só: 3,9837 g  
Cukor: 10,8120 g  
Tel.zsírsvav: 23,4450 g

Kalória: 601,78kcal  
Energia: 2.479,05kJ  
Zsír:: 15,2458 g  
Fehérje: 36,8840 g  
Szénhidrát: 71,4832 g  
Só: 2,8349 g  
Cukor: 15,6070 g  
Tel.zsírsvav: 6,9100 g

Kalória: 637,32kcal  
Energia: 2.662,08 kJ  
Zsír:: 20,8405 g  
Fehérje: 32,1205 g  
Szénhidrát: 68,7030 g  
Só: 2,5075 g  
Cukor: 12,1490 g  
Tel.zsírsvav: 1,3995 g