

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT "A"
Dátum: 2019/04/15

Hétfő 2019/04/15	Kedd 2019/04/16	Szerda 2019/04/17	Csütörtök 2019/04/18	Péntek 2019/04/19
<p>Tarhonya leves</p> <p>242 kcal 988 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	<p>Karfiol leves</p> <p>163 kcal 683 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller, Diófélék,</p>	<p>Gyümölcs leves</p> <p>209 kcal 872 kJ A:Glutén, Tej,</p>	<p>Csontleves</p> <p>220 kcal 907 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	
<p>Szárazbab fozelék</p> <p>483 kcal 2.022 kJ A:Glutén, Tej,</p>	<p>Sertés csülök jóasszony módra</p> <p>813 kcal 3.400 kJ</p>	<p>Zúzapörkölt</p> <p>187 kcal 782 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Kén-dioxid,</p>	<p>Rántott csirke-comb</p> <p>598 kcal 2.502 kJ A:Glutén, Tojás, Tej,</p>	
<p>Füstölt , fott sonka</p> <p>204 kcal 0 kJ</p>		<p>Tészta köret durum</p> <p>441 kcal 1.845 kJ A:Glutén, Tojás,</p>	<p>Petrezselymes burgonya</p> <p>222 kcal 930 kJ</p>	
<p>Fánk</p> <p>106 kcal 445 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Földimogyoró, Szójabab, Diófélék, Szezám, mag,</p>			<p>Csemege uborka</p> <p>14 kcal 58 kJ A:Mustár,</p>	

Kalória: 1.036,28 kcal
Energia: 3.454,23 kJ
Zsír:: 41,1549 g
Fehérje: 45,4432 g
Szénhidrát: 103,9890 g
Só: 2,5084 g
Cukor: 9,2536 g
Tel.zsírsv: 100,1896 g

Kalória: 976,27kcal
Energia: 4.082,68kJ
Zsír:: 54,3303 g
Fehérje: 39,1915 g
Szénhidrát: 69,1695 g
Só: 3,1795 g
Cukor: 11,9215 g
Tel.zsírsv: 2,3801 g

Kalória: 836,64kcal
Energia: 3.498,50 kJ
Zsír:: 21,7696 g
Fehérje: 44,2115 g
Szénhidrát: 139,7232 g
Só: 2,6452 g
Cukor: 23,2045 g
Tel.zsírsv: 601,6615 g

Kalória: 1.054,39kcal
Energia: 4.396,88kJ
Zsír:: 80,6916 g
Fehérje: 62,9078 g
Szénhidrát: 105,7060 g
Só: 3,9442 g
Cukor: 12,2840 g
Tel.zsírsv: 19,5785 g

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

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT "B"
Dátum: 2019/04/15

Hétfő 2019/04/15	Kedd 2019/04/16	Szerda 2019/04/17	Csütörtök 2019/04/18	Péntek 2019/04/19
<p>Tarhonya leves</p> <p>242 kcal 988 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	<p>Karfiol leves</p> <p>163 kcal 683 kJ A:Glutén, Tojás, Zeller, Diófélék,</p>	<p>Gyümölcs leves</p> <p>209 kcal 872 kJ A:Glutén, Tej,</p>	<p>Csontleves</p> <p>220 kcal 907 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,</p>	
<p>Grillsirkesemell</p> <p>168 kcal 704 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller,</p>	<p>Harcsa paprikás</p> <p>222 kcal 927 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Kén-dioxid, Halak,</p>	<p>Párolt sertés szelet</p> <p>220 kcal 922 kJ</p>	<p>Rántott sajt</p> <p>386 kcal 1.613 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Szezám, Szezám, Szezám,</p>	
<p>Petrezselymes burgonya</p> <p>316 kcal 1.323 kJ</p>	<p>Tészta köret</p> <p>407 kcal 1.704 kJ A:Glutén,</p>	<p>Kukoricás rizs</p> <p>274 kcal 1.145 kJ</p>	<p>Petrezselymes burgonya</p> <p>316 kcal 1.323 kJ</p>	
<p>Fánk</p> <p>106 kcal 445 kJ A:Glutén, Tojás, Tej, Földimogyoró, Szójabab, Diófélék, Szezám,</p>				

Kalória: 833,49 kcal
Energia: 3.459,55 kJ
Zsír:: 24,4739 g
Fehérje: 46,5592 g
Szénhidrát: 103,3460 g
Só: 3,2739 g
Cukor: 18,0076 g
Tel.zsírsv: 5,2416 g

Kalória: 792,36kcal
Energia: 3.313,55kJ
Zsír:: 24,3266 g
Fehérje: 44,0044 g
Szénhidrát: 99,5025 g
Só: 2,9227 g
Cukor: 9,0240 g
Tel.zsírsv: 2,3316 g

Kalória: 702,69kcal
Energia: 2.938,35 kJ
Zsír:: 25,2426 g
Fehérje: 37,6653 g
Szénhidrát: 86,5864 g
Só: 2,2087 g
Cukor: 26,6179 g
Tel.zsírsv: 0,9600 g

Kalória: 921,93kcal
Energia: 3.842,93kJ
Zsír:: 42,8996 g
Fehérje: 34,5654 g
Szénhidrát: 92,1424 g
Só: 3,6192 g
Cukor: 12,2990 g
Tel.zsírsv: 9,7035 g

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

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT "C"
Dátum: 2019/04/15

Hétfő
2019/04/15

Kedd
2019/04/16

Szerda
2019/04/17

Csütörtök
2019/04/18

Péntek
2019/04/19

Tarhonya leves
242 kcal 988 kJ
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

Karfiol leves
163 kcal 683 kJ
A:Glutén, Tojás, Zeller, Diófélék,

Gyümölcs leves
209 kcal 872 kJ
A:Glutén, Tej,

Zöldborsó fozelék
370 kcal 1.546 kJ
A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,

Töltött zsemle túróval
368 kcal 1.540 kJ
A:Tej,

Zöldséges rizottó
484 kcal 2.024 kJ
A:Tej,

Fott kemény tojás
81 kcal 337 kJ
A:Tojás,

Kenyér
155 kcal 647 kJ
A:Glutén,

Kenyér és ásványvíz
279 kcal 1.165 kJ
A:Glutén,

Fánk
106 kcal 445 kJ
A:Glutén, Tojás, Tej, Földimogyoró,
Szójabab, Diófélék, Szezámag,

Kalória: 1.077,61 kcal
Energia: 4.480,45 kJ
Zsír:: 39,8629 g
Fehérje: 45,0377 g
Szénhidrát: 129,8640 g
Só: 3,2296 g
Cukor: 53,5216 g
Tel.zsírsv: 7,1721 g

Kalória: 686,30kcal
Energia: 2.870,04kJ
Zsír:: 27,3033 g
Fehérje: 30,7805 g
Szénhidrát: 58,3994 g
Só: 1,6945 g
Cukor: 39,7865 g
Tel.zsírsv: 9,3801 g

Kalória: 692,56kcal
Energia: 2.895,95 kJ
Zsír:: 26,2072 g
Fehérje: 26,2092 g
Szénhidrát: 101,2315 g
Só: 2,4535 g
Cukor: 24,1610 g
Tel.zsírsv: 9,3300 g

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

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

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNÖTT DIA

Dátum: 2019/04/15

Hétfő 2019/04/15	Kedd 2019/04/16	Szerda 2019/04/17	Csütörtök 2019/04/18	Péntek 2019/04/19
Tarhonyaleves 210 kcal A:Glutén, Tojás, Diófélék, 855 kJ	Karfiol lev 166 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, Diófélék, 695 kJ	Gyümölcs leves 202 kcal A:Glutén, Tej, 844 kJ	Csontleves 200 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Diófélék, 822 kJ	
Fott kemény toj 81 kcal A:Tojás, 337 kJ	Harcapaprikás 229 kcal A:Tej, Zeller, Kén-dioxid, Diófélék, Halak, 958 kJ	Párolt sertés szelet 220 kcal 922 kJ	Rántott csirke-comb 466 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 1.950 kJ	
Zöldborsó fozel 352 kcal A:Glutén, Tej, Diófélék, 1.471 kJ	Tészta köre 345 kcal A:Glutén, 1.443 kJ	Kukoricás rizs 274 kcal 1.144 kJ	Petrezselymes burgonya 316 kcal 1.323 kJ	
			Csemege uborka 11 kcal A:Mustár, 46 kJ	

Kalória: 642,38 kcal
 Energia: 2.662,96 kJ
 Zsír:: 32,7682 g
 Fehérje: 33,7514 g
 Szénhidrát: 51,3666 g
 Só: 1,6679 g
 Cukor: 21,9127 g
 Tel.zsírsvav: 4,6505 g

Kalória: 740,26kcal
 Energia: 3.095,71kJ
 Zsír:: 31,3819 g
 Fehérje: 33,4639 g
 Szénhidrát: 80,8299 g
 Só: 3,0329 g
 Cukor: 8,5752 g
 Tel.zsírsvav: 6,5722 g

Kalória: 695,80kcal
 Energia: 2.909,54 kJ
 Zsír:: 27,6036 g
 Fehérje: 37,7408 g
 Szénhidrát: 92,5274 g
 Só: 2,2328 g
 Cukor: 18,5489 g
 Tel.zsírsvav: 4,9920 g

Kalória: 993,41kcal
 Energia: 4.141,85kJ
 Zsír:: 58,8616 g
 Fehérje: 47,5913 g
 Szénhidrát: 115,1260 g
 Só: 3,1125 g
 Cukor: 13,1265 g
 Tel.zsírsvav: 11,9960 g

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