

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNŐTT "A"
Dátum: 2021/02/22

Hétfő 2021/02/22	Kedd 2021/02/23	Szerda 2021/02/24	Csütörtök 2021/02/25	Péntek 2021/02/26
Almaleves 184 kcal A:Glutén, Tej, 767 kJ	Csontleves 139 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 569 kJ	Tarhonya leves 209 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 847 kJ	Zöldség leves 139 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 569 kJ	Sárgaborsó leves 346 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.448 kJ
Sült tarja 323 kcal A:Glutén, Szójabab, 1.349 kJ	Alma 78 kcal 326 kJ	Sült csirke-comb 295 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.234 kJ	Ballószögi rácos tarja 668 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 2.792 kJ	Disznótoros párolt káposztával 673 kcal A:Tej, 2.814 kJ
Savanyúság 18 kcal 75 kJ	Darálthúsos tészta 819 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 3.427 kJ	Párolt zöldségek 70 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, 268 kJ	Narancs 41 kcal 173 kJ	Burgonya köret 235 kcal 983 kJ
Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ		Burgonya köret 188 kcal 786 kJ		
Fott burgonya 235 kcal 983 kJ		Fánk 106 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Földimogyoró, Szójabab, Diófélék, Szezám, 445 kJ		

Kalória: 1.037,76 kcal
Energia: 4.339,57 kJ
Zsír: 11,1846 g
Fehérje: 34,5055 g
Szénhidrát: 123,6427 g
Só: 3,3254 g
Cukor: 57,3970 g
Tel.zsírsvav: 1,4200 g

Kalória: 1.036,61kcal
Energia: 4.322,50kJ
Zsír: 41,4206 g
Fehérje: 40,8984 g
Szénhidrát: 126,8454 g
Só: 3,0779 g
Cukor: 10,3900 g
Tel.zsírsvav: 1,7680 g

Kalória: 868,55kcal
Energia: 3.580,15 kJ
Zsír: 24,6194 g
Fehérje: 65,1411 g
Szénhidrát: 97,0996 g
Só: 4,1343 g
Cukor: 18,8593 g
Tel.zsírsvav: 8,2991 g

Kalória: 848,00kcal
Energia: 3.533,77kJ
Zsír: 37,3021 g
Fehérje: 38,2949 g
Szénhidrát: 85,8134 g
Só: 3,9961 g
Cukor: 12,2865 g
Tel.zsírsvav: 11,7904 g

Kalória: 1.254,20kcal
Energia: 5.244,74 kJ
Zsír: 39,1321 g
Fehérje: 45,5200 g
Szénhidrát: 111,9972 g
Só: 4,0021 g
Cukor: 12,7564 g
Tel.zsírsvav: 11,4451 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNŐTT "B"
Dátum: 2021/02/22

Hétfő 2021/02/22	Kedd 2021/02/23	Szerda 2021/02/24	Csütörtök 2021/02/25	Péntek 2021/02/26
Almaleves 184 kcal A:Glutén, Tej, 767 kJ	Csontleves 139 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 569 kJ	Tarhonya leves 209 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 847 kJ	Zöldség leves 139 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 569 kJ	Sárgaborsó leves 346 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.448 kJ
Mákos nudli 686 kcal A:Glutén, 2.868 kJ	Sajtos metélt 583 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 2.440 kJ	Rizs köret 273 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.141 kJ	Zöldbab fozelék 266 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.114 kJ	Rántott sajt 344 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Szezám, Szezám, 1.440 kJ
	Alma 78 kcal 326 kJ	Boston sertés szelet 310 kcal A:Tej, 1.295 kJ	Párolt csirkemell 112 kcal 468 kJ	Petrezselymes burgonya 316 kcal 1.323 kJ
		Fánk 106 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Földimogyoró, Szójabab, Diófélék, Szezám, 445 kJ	Narancs 41 kcal 173 kJ	
			Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	

Kalória:	869,38 kcal	Kalória:	800,56kcal	Kalória:	897,61kcal	Kalória:	837,27kcal	Kalória:	1.006,94kcal
Energia:	3.635,40 kJ	Energia:	3.335,36kJ	Energia:	3.727,70 kJ	Energia:	3.488,90kJ	Energia:	4.210,73 kJ
Zsír:	25,8861 g	Zsír:	25,5896 g	Zsír:	34,9555 g	Zsír:	22,4904 g	Zsír:	32,3921 g
Fehérje:	17,2890 g	Fehérje:	30,1524 g	Fehérje:	41,2695 g	Fehérje:	47,3000 g	Fehérje:	41,2230 g
Szénhidrát:	101,5882 g	Szénhidrát:	112,4004 g	Szénhidrát:	126,2816 g	Szénhidrát:	105,9384 g	Szénhidrát:	121,2432 g
Só:	1,3000 g	Só:	2,6172 g	Só:	3,9726 g	Só:	3,9659 g	Só:	3,5236 g
Cukor:	43,2420 g	Cukor:	7,3150 g	Cukor:	9,6178 g	Cukor:	37,0550 g	Cukor:	10,1654 g
Tel.zsírsvav:	1,0300 g	Tel.zsírsvav:	5,8230 g	Tel.zsírsvav:	6,3791 g	Tel.zsírsvav:	5,9999 g	Tel.zsírsvav:	9,7451 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNŐTT "C"
Dátum: 2021/02/22

Hétfő 2021/02/22	Kedd 2021/02/23	Szerda 2021/02/24	Csütörtök 2021/02/25	Péntek 2021/02/26
Almaleves 184 kcal A:Glutén, Tej, 767 kJ	Csontleves 139 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 569 kJ	Tarhonya leves 209 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 847 kJ	Zöldség leves 139 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 569 kJ	Sárgaborsó leves 346 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.448 kJ
Zöldséges rizottó csirkemellel 451 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék, 1.887 kJ	Sárgarépa fozelék 289 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.209 kJ	Fehérbab paradicsomos mártás 391 kcal 1.637 kJ	Kenyér és ásványvíz 155 kcal A:Glutén, 647 kJ	Angolos halfilé 219 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék, Halak, 916 kJ
Savanyúság 18 kcal 75 kJ	Natur sertésszelet 237 kcal 991 kJ	Fánk 106 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Földimogyoró, Szójabab, Diófélék, Szezám, 445 kJ	Narancs 41 kcal 173 kJ	Friss saláta öntettel 137 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 572 kJ
Kenyér és ásványvíz 155 kcal A:Glutén, 647 kJ	Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ		Sajtos tojásos rakott káposzta 649 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék, 2.716 kJ	Rizs köret 196 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 818 kJ

Kalória:	807,60 kcal	Kalória:	943,73kcal	Kalória:	706,49kcal	Kalória:	984,52kcal	Kalória:	897,56kcal
Energia:	3.377,08 kJ	Energia:	3.934,10kJ	Energia:	2.928,44 kJ	Energia:	4.104,69kJ	Energia:	3.753,34 kJ
Zsír:	18,6616 g	Zsír:	29,2221 g	Zsír:	17,2874 g	Zsír:	45,1754 g	Zsír:	20,0071 g
Fehérje:	44,9951 g	Fehérje:	46,8219 g	Fehérje:	33,1246 g	Fehérje:	43,2593 g	Fehérje:	47,8392 g
Szénhidrát:	121,1653 g	Szénhidrát:	105,3724 g	Szénhidrát:	89,0846 g	Szénhidrát:	108,3464 g	Szénhidrát:	137,8854 g
Só:	3,2100 g	Só:	3,9903 g	Só:	2,5021 g	Só:	3,4478 g	Só:	3,2888 g
Cukor:	42,1389 g	Cukor:	44,8115 g	Cukor:	12,0768 g	Cukor:	20,0585 g	Cukor:	11,9578 g
Tel.zsírsv:	1,9443 g	Tel.zsírsv:	3,2135 g	Tel.zsírsv:	6,7666 g	Tel.zsírsv:	13,9344 g	Tel.zsírsv:	1,3535 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNŐTT DIA
Dátum: 2021/02/22

Hétfő 2021/02/22	Kedd 2021/02/23	Szerda 2021/02/24	Csütörtök 2021/02/25	Péntek 2021/02/26
Almalev 185 kcal A:Glutén, Tej, 772 kJ	Csontlev 122 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék, 498 kJ	Tarhonya lev 151 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék, 615 kJ	Zöldség lev 81 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék, 325 kJ	Sárgaborsó lev 265 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék, 1.108 kJ
Zöldséges rizottó csirkemellel és csirkemáj 536 kcal A:Tej, 2.241 kJ	AI 52 kcal 217 kJ	Sült csirke-co 180 kcal 753 kJ	Párolt csirkeme 134 kcal 562 kJ	Rántott sa 401 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Szezám, Szezám, 1.676 kJ
Savanyús 12 kcal A:Zeller, Mustár, 50 kJ	Sajtos meté 410 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 1.713 kJ	Párolt zöldség 83 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, 323 kJ	Zöldbab fozel 266 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék, 1.111 kJ	Petrezselymes burgon 246 kcal 1.030 kJ
		Keny 310 kcal A:Glutén, 1.294 kJ	Naran 41 kcal 173 kJ	
			Keny 155 kcal A:Glutén, 647 kJ	

Kalória:	732,38 kcal	Kalória:	583,45kcal	Kalória:	723,35kcal	Kalória:	676,80kcal	Kalória:	912,04kcal
Energia:	3.062,49 kJ	Energia:	2.428,68kJ	Energia:	2.985,18 kJ	Energia:	2.817,83kJ	Energia:	3.813,88 kJ
Zsír:	25,6690 g	Zsír:	25,1183 g	Zsír:	20,3841 g	Zsír:	16,9321 g	Zsír:	40,8425 g
Fehérje:	47,2810 g	Fehérje:	20,7947 g	Fehérje:	40,7708 g	Fehérje:	46,2224 g	Fehérje:	35,3787 g
Szénhidrát:	89,5940 g	Szénhidrát:	66,1303 g	Szénhidrát:	88,5052 g	Szénhidrát:	80,6024 g	Szénhidrát:	89,8810 g
Só:	2,4904 g	Só:	1,7962 g	Só:	2,5632 g	Só:	3,2210 g	Só:	3,3194 g
Cukor:	23,2901 g	Cukor:	6,9307 g	Cukor:	36,7575 g	Cukor:	25,9040 g	Cukor:	7,5419 g
Tel.zsírsv:	11,1530 g	Tel.zsírsv:	9,6639 g	Tel.zsírsv:	7,0370 g	Tel.zsírsv:	5,5360 g	Tel.zsírsv:	12,0483 g