

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: NYUGDÍJAS "A"
Dátum: 2020/10/12

Hétfő 2020/10/12	Kedd 2020/10/13	Szerda 2020/10/14	Csütörtök 2020/10/15	Péntek 2020/10/16	Szombat 2020/10/17	Vasárnap 2020/10/18
Palóc lev 935,05 kJ 223,60 kcal A: Glutén, Tej,	Tarhonya lev 530,81 kJ 130,85 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék,	Zöldség lev 320,03 kJ 79,51 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék,	Tojás lev 437,53 kJ 104,68 kcal A: Glutén, Tojás,	Gombalev 793,19 kJ 195,27 kcal A: Glutén, Tojás,	Gyümölcs lev 944,11 kJ 225,81 kcal A: Glutén, Tej,	Csontlev 334,92 kJ 82,78 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék,
Naran 259,50 kJ 62,05 kcal	Natur sertésszel 1.066,99 kJ 255,14 kcal	Sertés szelet parasztos 2.653,43 kJ 634,50 kcal	Tészta kör 1.388,28 kJ 331,97 kcal A: Glutén, Tojás,	Körömpörkö 1.963,60 kJ 469,70 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék,	Brassói aprópecsen 2.581,97 kJ 617,44 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék,	Sült sert 962,05 kJ 230,05 kcal
Sajtos meté 2.752,90 kJ 658,29 kcal A: Glutén, Tojás, Tej,	Zöldborsó fozel 1.240,21 kJ 296,57 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék,		Konviktusi sertésszel 1.170,79 kJ 279,97 kcal	Fott burgon 1.179,30 kJ 282,00 kcal	Savanyús 50,18 kJ 12,00 kcal A: Zeller, Mustár,	Lencsefozel 1.722,95 kJ 412,00 kcal A: Glutén, Tej, Mustár,
	Sütemé 1.384,63 kJ 331,10 kcal A: Glutén, Tojás, Tej,					Lekváros piskóta teker 522,74 kJ 125,00 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Szójabab, Szezám, Szezám,

Kalória:	943,94kcal	Kalória:	1.013,66kcal	Kalória:	714,02kcal	Kalória:	716,62kcal	Kalória:	946,97kcal	Kalória:	855,25kcal	Kalória:	849,83kcal
Energia:	3.947,46kJ	Energia:	4.222,63 kJ	Energia:	2.973,46 kJ	Energia:	2.996,60kJ	Energia:	3.936,08kJ	Energia:	3.576,25kJ	Energia:	3.542,65 kJ
Zsír::	37,9868 g	Zsír::	44,4771 g	Zsír::	27,0562 g	Zsír::	32,0331 g	Zsír::	48,5917 g	Zsír::	33,0077 g	Zsír::	27,3791 g
Fehérje:	31,0998 g	Fehérje:	53,0746 g	Fehérje:	36,5305 g	Fehérje:	39,6691 g	Fehérje:	39,5975 g	Fehérje:	31,1649 g	Fehérje:	56,6172 g
Szénhidrát:	112,2751 g	Szénhidrát:	82,9326 g	Szénhidrát:	69,3258 g	Szénhidrát:	64,5610 g	Szénhidrát:	80,4489 g	Szénhidrát:	90,2268 g	Szénhidrát:	78,3362 g
Só:	2,2575 g	Só:	1,8441 g	Só:	3,0860 g	Só:	4,0365 g	Só:	2,4156 g	Só:	1,9687 g	Só:	1,8553 g
Cukor:	4,0598 g	Cukor:	17,4854 g	Cukor:	12,7900 g	Cukor:	1,0269 g	Cukor:	11,6678 g	Cukor:	27,5898 g	Cukor:	6,6013 g
Tel.zsírsv:	13,6540 g	Tel.zsírsv:	3,4035 g	Tel.zsírsv:	4,0730 g	Tel.zsírsv:	2,0972 g	Tel.zsírsv:	1,0594 g	Tel.zsírsv:	5,5620 g	Tel.zsírsv:	3,7666 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: NYUGDÍJAS "B"
Dátum: 2020/10/12

Hétfő 2020/10/12	Kedd 2020/10/13	Szerda 2020/10/14	Csütörtök 2020/10/15	Péntek 2020/10/16
Palóc lev 345 kcal A:Glutén, Tej, 1.445 kJ	Tarhonya lev 131 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék, 531 kJ	Zöldség lev 126 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék, 514 kJ	Tojás lev 105 kcal A:Glutén, Tojás, 438 kJ	Gombalev 195 kcal A:Glutén, Tojás, 793 kJ
Naran 62 kcal 260 kJ	Rakott kelkáposz 370 kcal A:Tej, 1.547 kJ	Sertés szelet parasztos 635 kcal 2.653 kJ	Tészta kör 412 kcal A:Glutén, Tojás, 1.723 kJ	Körömpörkö 470 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Diófélék, 1.964 kJ
Sajtos meté 658 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 2.753 kJ	Sütemény 331 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 1.385 kJ		Konviktusi sertésszel 280 kcal 1.171 kJ	Fott burgon 282 kcal 1.179 kJ

Kalória:	1.065,80 kcal	Kalória:	831,99kcal	Kalória:	760,37kcal	Kalória:	796,59kcal	Kalória:	946,97kcal
Energia:	4.457,06 kJ	Energia:	3.462,91kJ	Energia:	3.167,29 kJ	Energia:	3.331,00kJ	Energia:	3.936,08 kJ
Zsír::	45,2498 g	Zsír::	37,9052 g	Zsír::	31,4062 g	Zsír::	32,4731 g	Zsír::	48,5917 g
Fehérje:	44,2488 g	Fehérje:	40,2459 g	Fehérje:	38,9305 g	Fehérje:	42,2691 g	Fehérje:	39,5975 g
Szénhidrát:	112,3381 g	Szénhidrát:	91,7760 g	Szénhidrát:	69,3708 g	Szénhidrát:	80,5610 g	Szénhidrát:	80,4489 g
Só:	2,2791 g	Só:	2,3108 g	Só:	3,0860 g	Só:	4,0785 g	Só:	2,4156 g
Cukor:	4,8158 g	Cukor:	2,9889 g	Cukor:	12,7900 g	Cukor:	1,2469 g	Cukor:	11,6678 g
Tel.zsírsvav:	17,2990 g	Tel.zsírsvav:	8,5072 g	Tel.zsírsvav:	4,0730 g	Tel.zsírsvav:	2,2172 g	Tel.zsírsvav:	1,0594 g