

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: NYUGDÍJAS
Dátum: 2024/04/15

Hétfő
2024/04/15

Kedd
2024/04/16

Szerda
2024/04/17

Csütörtök
2024/04/18

Péntek
2024/04/19

Szombat
2024/04/20

Vasárnap
2024/04/21

Zöldborsó lev 897,29 kJ 214,56 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Fahéjas szilvalev 738,89 kJ 176,74 kcal A: Glutén, Tej,	Zöldség lev 348,20 kJ 99,44 kcal A: Glutén, Zeller,	Csontlev 610,37 kJ 162,13 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Zöldségrékm leves 562,47 kJ 149,43 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab, Diófélék,	Frankfurti lev 1.447,37 kJ 346,13 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Húsgombóc lev 893,42 kJ 213,64 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,
Káposztás koc 1.985,78 kJ 474,85 kcal A: Glutén,	Baconos csirkemell 1.255,41 kJ 300,20 kcal	Fasí 2.060,99 kJ 492,84 kcal A: Glutén, Tojás, Szójabab,	Búbosh 1.037,83 kJ 248,20 kcal A: Glutén, Tojás, Szójabab,	Csülökpörkö 1.664,04 kJ 397,92 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Rizsfelfű 2.084,42 kJ 498,44 kcal A: Glutén, Tojás, Tej,	Kemény lebben 2.432,52 kJ 581,68 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Szójabab,
Al 326,19 kJ 78,00 kcal	Sült zöldség 1.368,32 kJ 327,23 kcal A: Zeller,	Zöldbab fozel 980,92 kJ 234,56 kcal A: Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár,	Burgonyapü 1.179,30 kJ 282,00 kcal	Fott burgon 884,47 kJ 211,50 kcal		Csemege uborka (édesítőszerre) 58,00 kJ 13,87 kcal A: Mustár,
		Pogác 0,00 kJ 22,52 kcal A: Glutén, Tojás, Tej,	Csemege uborka (édesítőszerre) 58,00 kJ 13,87 kcal A: Mustár,	Vegyes savanyúság (édesítőszerrel) 52,69 kJ 12,60 kcal		

Kalória:	767,42kcal	Kalória:	804,17kcal	Kalória:	849,36kcal	Kalória:	706,20kcal	Kalória:	771,44kcal	Kalória:	844,57kcal	Kalória:	809,19kcal
Energia:	3.209,26kJ	Energia:	3.362,62 kJ	Energia:	3.390,12 kJ	Energia:	2.885,50kJ	Energia:	3.163,67kJ	Energia:	3.531,79kJ	Energia:	3.383,94 kJ
Zsír::	18,9648 g	Zsír::	37,1543 g	Zsír::	44,2654 g	Zsír::	15,6394 g	Zsír::	42,8194 g	Zsír::	32,1925 g	Zsír::	23,6752 g
Fehérje:	22,8590 g	Fehérje:	36,7260 g	Fehérje:	35,8537 g	Fehérje:	41,2059 g	Fehérje:	25,7891 g	Fehérje:	24,1296 g	Fehérje:	29,7831 g
Szénhidrát:	118,0206 g	Szénhidrát:	75,7818 g	Szénhidrát:	71,7460 g	Szénhidrát:	93,3136 g	Szénhidrát:	60,7282 g	Szénhidrát:	111,8980 g	Szénhidrát:	116,3898 g
Só:	0,1659 g	Só:	1,1300 g	Só:	1,2372 g	Só:	0,7791 g	Só:	0,6340 g	Só:	1,5144 g	Só:	1,5523 g
Cukor:	19,1879 g	Cukor:	37,5948 g	Cukor:	13,9984 g	Cukor:	12,5204 g	Cukor:	11,5362 g	Cukor:	45,6547 g	Cukor:	7,0865 g
Tel.zsírsvav:	2,1230 g	Tel.zsírsvav:	5,2940 g	Tel.zsírsvav:	7,7097 g	Tel.zsírsvav:	2,1904 g	Tel.zsírsvav:	1,0443 g	Tel.zsírsvav:	10,4100 g	Tel.zsírsvav:	7,4161 g