

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNŐTT "A"
Dátum: 2022/08/22

Hétfő 2022/08/22	Kedd 2022/08/23	Szerda 2022/08/24	Csütörtök 2022/08/25	Péntek 2022/08/26
Csontleves 140 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 572 kJ	Reszelt tészta leves 163 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 681 kJ	Frankfurti leves 477 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.995 kJ	Lencse leves 330 kcal A:Glutén, Tej, Mustár, 1.381 kJ	Daragaluska leves 174 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 729 kJ
Kelkáposzta fozelék 243 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.016 kJ	Erdomester kedvence 402 kcal A:Glutén, 1.679 kJ	Sajtos metélt 607 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 2.537 kJ	Almamártás 254 kcal A:Glutén, Tej, 1.061 kJ	Töltött paprika 597 kcal A:Glutén, Tojás, Zeller, 2.495 kJ
Fasírt 493 kcal A:Glutén, Tojás, 2.060 kJ	Párolt rizs 295 kcal 1.235 kJ	Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	Párolt csirkecomb 293 kcal 1.223 kJ	Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ
Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ		Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	

Kalória:	1.153,83 kcal	Kalória:	1.138,22kcal	Kalória:	1.362,31kcal	Kalória:	1.155,18kcal	Kalória:	1.049,64kcal
Energia:	4.812,17 kJ	Energia:	4.759,91kJ	Energia:	5.696,91 kJ	Energia:	4.830,59kJ	Energia:	4.389,50 kJ
Zsír:	48,9234 g	Zsír:	39,1340 g	Zsír:	60,3222 g	Zsír:	29,5657 g	Zsír:	38,7060 g
Fehérje:	44,0293 g	Fehérje:	53,2061 g	Fehérje:	42,0953 g	Fehérje:	74,6498 g	Fehérje:	35,7904 g
Szénhidrát:	124,3148 g	Szénhidrát:	163,9749 g	Szénhidrát:	154,8851 g	Szénhidrát:	129,3231 g	Szénhidrát:	111,8956 g
Só:	3,9658 g	Só:	5,1507 g	Só:	4,7068 g	Só:	3,4660 g	Só:	3,2833 g
Cukor:	40,6271 g	Cukor:	28,4674 g	Cukor:	30,3610 g	Cukor:	65,2740 g	Cukor:	47,2340 g
Tel.zsírsvav:	9,8548 g	Tel.zsírsvav:	5,8130 g	Tel.zsírsvav:	22,1060 g	Tel.zsírsvav:	8,9280 g	Tel.zsírsvav:	2,5130 g

Étlap változtatás jogát fenntartjuk

Nyomtatta : Makkos Orsolya

Menü: FELNŐTT "B"
Dátum: 2022/08/22

Hétfő 2022/08/22	Kedd 2022/08/23	Szerda 2022/08/24	Csütörtök 2022/08/25	Péntek 2022/08/26
Csontleves 140 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 572 kJ	Reszelt tészta leves 163 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 681 kJ	Frankfurti leves 477 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 1.995 kJ	Lencse leves 330 kcal A:Glutén, Tej, Mustár, 1.381 kJ	Daragaluska leves 174 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 729 kJ
Grill csirkemell 168 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, 704 kJ	Sóska fozelék 266 kcal A:Glutén, Tej, 1.114 kJ	Aranygaluska 683 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Diófélek, 2.855 kJ	Túrós csusza 796 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, 3.329 kJ	Töltött cukkini 550 kcal A:Tej, 2.300 kJ
Friss saláta öntettel 126 kcal A:Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, 529 kJ	Fott kemény tojás 81 kcal A:Tojás, 337 kJ	Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ
Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ	Kenyér és ásványvíz 279 kcal A:Glutén, 1.165 kJ			

Kalória:	712,99 kcal	Kalória:	788,28kcal	Kalória:	1.438,20kcal	Kalória:	1.404,75kcal	Kalória:	1.002,95kcal
Energia:	2.969,17 kJ	Energia:	3.296,49kJ	Energia:	6.014,30 kJ	Energia:	5.874,52kJ	Energia:	4.194,22 kJ
Zsír:	15,6043 g	Zsír:	34,8850 g	Zsír:	66,4732 g	Zsír:	58,9996 g	Zsír:	31,0587 g
Fehérje:	48,0879 g	Fehérje:	21,5831 g	Fehérje:	35,9269 g	Fehérje:	45,6268 g	Fehérje:	46,2655 g
Szénhidrát:	91,3052 g	Szénhidrát:	89,8909 g	Szénhidrát:	134,7455 g	Szénhidrát:	155,7199 g	Szénhidrát:	197,6758 g
Só:	3,5205 g	Só:	2,2157 g	Só:	3,9326 g	Só:	4,4930 g	Só:	2,7749 g
Cukor:	38,7000 g	Cukor:	45,2684 g	Cukor:	53,8785 g	Cukor:	37,5930 g	Cukor:	29,2330 g
Tel.zsírsvav:	1,5839 g	Tel.zsírsvav:	6,7640 g	Tel.zsírsvav:	14,9660 g	Tel.zsírsvav:	22,2060 g	Tel.zsírsvav:	5,7539 g