

2019.09.02. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Lestyános karalábé leves
Tarhonyáshús
Kovászos uborka

Energia : 898,358 kcal
So : 3 481,392 mg
Feherje : 39,776 g
Zsir : 36,595 g
- telített zsírsav : 6,039 g
Szenhidrat : 101,868 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 898,358 kcal
So : 3 481,392 mg

2019.09.03. KEDD

Étkezés: Ebéd

Vágottborsó leves
Almás csirkemell
Barna rizs

Energia : 896,370 kcal
So : 1 822,345 mg
Feherje : 45,040 g
Zsir : 25,881 g
- telített zsírsav : 3,469 g
Szenhidrat : 120,788 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 896,370 kcal
So : 1 822,345 mg

2019.09.04. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Gulyás leves
Diós tészta
Nektarin

Energia : 870,298 kcal
So : 1 812,302 mg
Cukor : 3,000 g
Feherje : 37,054 g
Zsir : 31,815 g
- telített zsírsav : 5,269 g
Szenhidrat : 107,638 g
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : dió
Allergen : zeller

Energia : 870,298 kcal
So : 1 812,302 mg

2019.09.05. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Tojásleves
Kapros tökfőzelék
Vagdalthús

Energia : 894,061 kcal
So : 3 175,670 mg
Feherje : 37,277 g
Zsir : 51,433 g
- telített zsírsav : 9,986 g
Szenhidrat : 72,044 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

Energia : 894,061 kcal
So : 3 175,670 mg

2019.09.06. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Brokkoli krémleves pirított zsemlekockával
Grillezett csirkemell csíkok zöldsűszeres mártással
Párolt köles
Vitamin saláta

Energia : 853,662 kcal
So : 3 515,965 mg
Feherje : 42,489 g
Zsir : 35,686 g
- telített zsűrsav : 8,089 g
Szenhidrat : 90,753 g
KalciumTejtermek : 81,600 mg
Allergen : kén-dioxid
Allergen : tej
Allergen : glutén

Energia : 853,662 kcal
So : 3 515,965 mg

2019.09.09. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zöldborsó leves
Pirított csirkemáj
Párolt rizs
Csemege uborka

Energia : 874,995 kcal
So : 3 801,672 mg
Feherje : 36,447 g
Zsir : 31,058 g
- telített zsűrsav : 3,644 g
Szenhidrat : 110,866 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 874,995 kcal
So : 3 801,672 mg

2019.09.10. KEDD

Étkezés: Ebéd

Csontleves finommetélttel
Rozmaringos sertésszelet
Burgonya pűré
Cékla

Energia : 830,445 kcal
So : 3 098,510 mg
Feherje : 33,208 g
Zsir : 40,417 g
- telített zsűrsav : 8,991 g
Szenhidrat : 81,002 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

Energia : 830,445 kcal
So : 3 098,510 mg

2019.09.11. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Palóc leves
Fahéjas csiga
Őszibarack

Energia : 784,973 kcal
So : 913,875 mg
Cukor : 23,000 g
Feherje : 62,360 g
Zsir : 23,214 g
- telített zsűrsav : 6,500 g
Szenhidrat : 116,608 g
KalciumTejtermek : 58,200 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás

Energia : 784,973 kcal
So : 913,875 mg

2019.09.12. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Márgombóc leves

Töltött káposzta

Teljes kiörlésű kenyér

Energia : 877,687 kcal
So : 3 532,932 mg
Feherje : 45,307 g
Zsir : 28,213 g
- telített zsírsav : 6,865 g
Szenhidrat : 108,912 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

Energia : 877,687 kcal
So : 3 532,932 mg

2019.09.13. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Gyümölcs leves

Lecsós halfilé

Petrezselymes burgonya

Energia : 794,980 kcal
So : 1 826,885 mg
Cukor : 12,000 g
Feherje : 33,010 g
Zsir : 29,717 g
- telített zsírsav : 5,248 g
Szenhidrat : 97,537 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : hal

Energia : 794,980 kcal
So : 1 826,885 mg

2019.09.16. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zeller leves

Csirkepaprikás

Bulgur

Energia : 875,379 kcal
So : 2 094,730 mg
Feherje : 39,819 g
Zsir : 32,459 g
- telített zsírsav : 6,807 g
Szenhidrat : 110,660 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : tej

Energia : 875,379 kcal
So : 2 094,730 mg

2019.09.17. KEDD

Étkezés: Ebéd

Magyaros karfiol leves

Mexikói sertésszelet

Petrezselymes rizs

Energia : 866,950 kcal
So : 1 956,582 mg
Feherje : 36,833 g
Zsir : 31,719 g
- telített zsírsav : 5,168 g
Szenhidrat : 106,837 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 866,950 kcal
So : 1 956,582 mg

2019.09.18. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Bakonyi betyár leves
Burgonyás tészta
Vegyes savanyúság

Energia : 886,545 kcal
So : 1 952,855 mg
Fehérje : 39,211 g
Zsir : 30,189 g
- telített zsírsav : 6,867 g
Szenhidrat : 112,540 g
KalciumTejtermek : 30,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tojás

Energia : 886,545 kcal
So : 1 952,855 mg

2019.09.19. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves eperlevéllel
Babfőzelék
Sertés sült

Energia : 759,231 kcal
So : 2 011,865 mg
Fehérje : 45,348 g
Zsir : 30,205 g
- telített zsírsav : 6,208 g
Szenhidrat : 76,632 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : zeller
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej

Energia : 759,231 kcal
So : 2 011,865 mg

2019.09.20. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Zöldség krémleves
Ananászos csirkemell
Barna rizs

Energia : 890,490 kcal
So : 1 853,587 mg
Fehérje : 37,853 g
Zsir : 37,802 g
- telített zsírsav : 8,392 g
Szenhidrat : 99,486 g
KalciumTejtermek : 66,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : zeller

Energia : 890,490 kcal
So : 1 853,587 mg

2019.09.23. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Daragaluska leves
Bolognai spagetti reszelt sajttal

Energia : 830,030 kcal
So : 2 504,522 mg
Cukor : 5,000 g
Fehérje : 41,068 g
Zsir : 23,331 g
- telített zsírsav : 6,571 g
Szenhidrat : 113,831 g
KalciumTejtermek : 90,000 mg
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : zeller

Energia : 830,030 kcal
So : 2 504,522 mg

2019.09.24. KEDD

Étkezés: Ebéd

Zöldbab leves
Natúr csirkemell sajtmártással
Főtt burgonya

Energia : 864,894 kcal
So : 2 142,495 mg
Feherje : 47,462 g
Zsir : 31,029 g
- telített zsírsav : 8,783 g
Szenhidrat : 97,677 g
KalciumTejtermek : 207,000 mg
Allergen : tej
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 864,894 kcal
So : 2 142,495 mg

2019.09.25. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Legényfogó leves
Rizsfelfűjt
Alma kompót

Energia : 841,615 kcal
So : 1 578,512 mg
Cukor : 15,000 g
Feherje : 35,240 g
Zsir : 21,664 g
- telített zsírsav : 7,851 g
Szenhidrat : 124,736 g
KalciumTejtermek : 178,200 mg
Allergen : tojás
Allergen : tej
Allergen : glutén

Energia : 841,615 kcal
So : 1 578,512 mg

2019.09.26. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Gomba leves
Burgonya főzelék
Virslis

Energia : 824,153 kcal
So : 3 781,420 mg
Feherje : 35,437 g
Zsir : 37,393 g
- telített zsírsav : 13,554 g
Szenhidrat : 85,322 g
KalciumTejtermek : 24,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : tej
Allergen : szója

Energia : 824,153 kcal
So : 3 781,420 mg

2019.09.27. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Paradicsom leves
Szezám-magósrántott halfilé
Zöldséges kuskusz
Vitamin saláta

Energia : 840,110 kcal
So : 3 548,350 mg
Cukor : 12,000 g
Feherje : 37,410 g
Zsir : 37,146 g
- telített zsírsav : 4,517 g
Szenhidrat : 88,250 g
Allergen : kén-dioxid
Allergen : hal
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : szezám-mag

Energia : 840,110 kcal
So : 3 548,350 mg

2019.09.30. HÉTFŐ

Étkezés: Ebéd

Zeller leves

Brassói aprópecsenye

Párolt rizs

Vegyes savanyúság

Energia : 866,455 kcal
So : 1 156,687 mg
Feherje : 31,704 g
Zsir : 37,410 g
- telített zsírsav : 5,608 g
Szenhidrat : 98,629 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

Energia : 866,455 kcal
So : 1 156,687 mg

2019.10.01. KEDD

Étkezés: Ebéd

Őszi zöldségleves

Mustáros csirkemell

Házi tarhonya

Energia : 893,880 kcal
So : 1 878,037 mg
Feherje : 45,918 g
Zsir : 35,008 g
- telített zsírsav : 8,279 g
Szenhidrat : 98,751 g
KalciumTejtermek : 36,000 mg
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller
Allergen : tej
Allergen : mustár

Energia : 893,880 kcal
So : 1 878,037 mg

2019.10.02. SZERDA

Étkezés: Ebéd

Húsgombóc leves

Lekváros bukta

Szőlő

Energia : 898,880 kcal
So : 927,560 mg
Cukor : 17,000 g
Feherje : 59,236 g
Zsir : 26,715 g
- telített zsírsav : 6,911 g
Szenhidrat : 138,965 g
KalciumTejtermek : 57,000 mg
Allergen : tej
Allergen : tojás
Allergen : glutén
Allergen : zeller

Energia : 898,880 kcal
So : 927,560 mg

2019.10.03. CSÜTÖRTÖK

Étkezés: Ebéd

Csontleves finommetélttel

Paradicsomos káposzta

Fűszeres csirkefalatok

Energia : 707,341 kcal
So : 1 590,595 mg
Cukor : 5,000 g
Feherje : 29,174 g
Zsir : 30,830 g
- telített zsírsav : 4,753 g
Szenhidrat : 78,412 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás
Allergen : zeller

Energia : 707,341 kcal
So : 1 590,595 mg

2019.10.04. PÉNTEK

Étkezés: Ebéd

Lebbencs leves

Natúr sertésszelet zöldborsó raguval

Tört burgonya

Csemege uborka

Energia : 871,454 kcal
So : 3 615,745 mg
Feherje : 38,023 g
Zsír : 30,139 g
- telített zsírsav : 5,762 g
Szenhidrat : 109,421 g
Allergen : glutén
Allergen : tojás

Energia : 871,454 kcal
So : 3 615,745 mg
