

Diab. 2024. április	03.27.hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	Karalábéleves, tejfölös, betét nélkül Tavaszi sertésragu Burgonyagombóc, Graham-liszttel	Zöldségleves, betét nélkül Tejfölös gombás csirkecomb Párolt rizs Fejeskáposzta saláta édesítővel	Gyümölcsleves Grillezett p.comb Sárgarépas köles	Sertés raguleves Sült cs. mell Sóska mártás Kenyér	Húsvét
	energia: 486 Kcal szénhidrát: 51,1 g fehérje: 25,8 g rost: 9,1 g energia: 643 Kcal szénhidrát: 52,7 g	fehérje: 31,9 g rost: 14 g zsír / telített zs.: 32,8 g / 8,2 g só: 2 g energia: 22,4 g / 6,5 g só: 5 g	energia: 643 Kcal szénhidrát: 52,7 g fehérje: 31,9 g rost: 14 g zsír / telített zs.: 32,8 g / 8,2 g só: 2 g	energia: 545 Kcal szénhidrát: 50,8 g fehérje: 37,4 g rost: 7,8 g zsír / telített zs.: 20,5 g / 5,4 g só: 2,5 g	
	Allergének: glutén, tej, laktóz, tojás Feltételezhető:	Allergének: glutén, tej, laktóz, zeller Feltételezhető:	Allergének: glutén, tej, laktóz, tojás, szeszám; szója Feltételezhető:	Allergének: glutén, fruktóz, zeller Feltételezhető:	Allergének: glutén, tej,zeller, hal, laktóz, tojás Feltételezhető:
	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	Húsvét hétfő	Hamis gulyásleves Sajtos halfilé Szicíliai padlizsán saláta Alma	Lencsekrém leves, joghurttal Majorannás marhatokány Káposztafőzelék	Görög salátaleves Rántott csirkemáj Párolt köles Marinált paprika	Daragaluskaleves, Natúr halfilé. Párolt kukorica, párolt bulgur, Tavaszi saláta
	energia: 517 Kcal szénhidrát: 51,4 g fehérje: 28,2 g rost: 3,6 g energia: 21,7 g / 3,8 g só: 2,7 g	energia: 531 Kcal szénhidrát: 50,6 g fehérje: 480 Kcal szénhidrát: 49,7 g fehérje: 21,8 g rost: 5,5 g zsír / telített zs.: 15,7 g / 2,6 g só: 2,3 g	zsír / telített zs.: 21 g / 8,9 g fehérje: 22,6 g rost: 8,4 g só: 1,4 g energia: 14,5 g / 3,5 g só: 2,9 g	energia: 505 Kcal szénhidrát: 53,7 g fehérje: 25,7 g rost: 8,3 g zsír / telített zs.: 21,2 g / 3,6 g só: 1,1 g	energia: 480 Kcal szénhidrát: 49,7 g fehérje: 21,8 g rost: 5,5 g zsír / telített zs.: 21 g / 8,9 g só: 2,2 g
	Allergének: glutén, tej, laktóz, tojás, zeller Feltételezhető:	Allergének: glutén, tej, hal; zeller, fruktóz, mandula Feltételezhető:	Allergének: glutén, tej, zeller Feltételezhető:	Allergének: glutén, tej, tojás Feltételezhető:	Allergének: glutén, tej,zeller, hal, laktóz, tojás Feltételezhető:
	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	Paradicsomleves, betét nélkül Natúr pulykamell szelet Tarhonyaköret, Supreme mártás	Vegyes gyümölcsleves, cukor nélkül Lenmagos csirkemell Párolt Rizs Uborkasaláta cukormentes	Póréhagymaleves, rozmaringos Párolt pulykamell Csőbensült brokkoli	Gombaleves Roston sült tengerihal-filé, Párolt barnarizs Paradicsomsaláta, bazsalikomos	Zöldbableves Bácskai rizses hús Zelleres almasaláta édesítővel
	energia: 517 Kcal szénhidrát: 51,4 g fehérje: 28,2 g rost: 3,6 g energia: 21,7 g / 3,8 g só: 2,7 g	energia: 483 Kcal szénhidrát: 50,8 g fehérje: 35,6 g rost: 15,4 g zsír / telített zs.: 15,7 g / 2,6 g só: 2,3 g	energia: 721 Kcal szénhidrát: 50,1 g fehérje: 50 g rost: 11,7 g zsír / telített zs.: 33,8 g / 10,2 g só: 2,9 g	energia: 507 Kcal szénhidrát: 53,5 g fehérje: 30,8 g rost: 12,6 g zsír / telített zs.: 18 g / 2 g só: 2,4 g	energia: 408 Kcal szénhidrát: 52,1 g fehérje: 19,2 g rost: 4,3 g zsír / telített zs.: 13,2 g / 2,6 g só: 1,7 g
	Allergének: glutén, tej, laktóz, tojás, zeller Feltételezhető:	Allergének: glutén, tej, fruktóz Feltételezhető:	Allergének: glutén, tej, laktóz, tojás Feltételezhető:	Allergének: hal Feltételezhető:	Allergének: glutén, zeller, fruktóz Feltételezhető:
	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	Tarhonyaleves Stefánia vagdalt Tökfőzelék, Gaham-liszttel, kefirrel	Rántott leves, betét nélkül Mustáros marhaszelet Pirított burgonya Paprikasaláta cukormentes	Zöldségleves, betét nélkül Csikós tokány, pulykahúsból Babsaláta édesítővel	Zellerleves Sertéspörkölt Sárgarépas rizs, Áfonya befőtt light	Burgonyaleves Töltött cukkini, csirkehúsból Kapormártás
	energia: 583 Kcal szénhidrát: 50 g fehérje: 29,3 g rost: 11,2 g energia: 28,9 g / 5,6 g só: 2,5 g	energia: 572 Kcal szénhidrát: 51,8 g fehérje: 29,1 g rost: 6,8 g zsír / telített zs.: 27 g / 6,2 g só: 3,8 g	energia: 547 Kcal szénhidrát: 49,8 g fehérje: 40,6 g rost: 17,3 g zsír / telített zs.: 20,1 g / 4 g só: 5 g	energia: 535 Kcal szénhidrát: 51,9 g fehérje: 27,7 g rost: 6,4 g zsír / telített zs.: 23,5 g / 5,3 g só: 2,1 g	energia: 486 Kcal szénhidrát: 52,4 g fehérje: 25,4 g rost: 5,7 g zsír / telített zs.: 19 g / 3,6 g só: 2,5 g
	Allergének: glutén, tej, tojás Feltételezhető:	Allergének: glutén, tej, mustár Feltételezhető: kén-dioxid, szulfít	Allergének: glutén, tej, zeller Feltételezhető:	Allergének: glutén, fruktóz, zeller Feltételezhető:	Allergének: glutén, tej, tojás Feltételezhető:
	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	Csirkeragu leves Gránátos kocka durumtésztából Csemege uborka	Kukorica krémleves Sült baromfivirsl Zöldborsófőzelék, Graham liszttel	Karfiolkrémleves betét nélkül Sült csirkemell Petrezselymes burgonya Gyömbéres párolt vöröskáposzta	Szilvaleves, cukormentesen Pulykamellpaprikás Gombás barnarizs	Daragaluska leves Natúr halfilé, Graham liszttel Párolt kukorica Párolt bulgur Tiroli saláta édesítővel
	energia: 368 Kcal szénhidrát: 50,2 g fehérje: 18,4 g rost: 6 g energia: 10 g / 1,2 g só: 1,6 g	energia: 572 Kcal szénhidrát: 52 g fehérje: 28,6 g rost: 10,1 g zsír / telített zs.: 27,7 g / 8,6 g só: 0,85 g	energia: 591 Kcal szénhidrát: 49,6 g fehérje: 40,2 g rost: 10,9 g zsír / telített zs.: 25,1 g / 5,5 g só: 3,35 g	energia: 545 Kcal szénhidrát: 50,8 g fehérje: 37,4 g rost: 7,8 g zsír / telített zs.: 20,5 g / 5,4 g só: 2,5 g	energia: 498 Kcal szénhidrát: 50,5 g fehérje: 31,2 g rost: 8,8 g zsír / telített zs.: 18,7 g / 2,3 g só: 2,2 g
	Allergének: glutén, zeller	Allergének: glutén, tej, laktóz, szója	Allergének: glutén, tej	Allergének: glutén, tej, fruktóz	Allergének: glutén, tojás, zeller; hal

