

Programverzió: gastro 5.1

2024.04.15 Hétfő	Tízórai	Tejes kávé *07; kristálycukor;pótkávé;Tej /tömlős 1,5 %; Olasz kifli *01; 07; Olasz kifli *;
Energia: 259.7 kcal; Fehérje: 9.7 g; Zsír: 3.9 g; Tel.zsír: 4.4 g; Szénhidrat: 45.4 g;Só: 0.6 g;Cukor: 17.0 g; Kalcium: 0.0 g;		
	Ebéd	Hamisgulyásleves *09; 01; 03; 03; Ételízesítő sómentes;köménymag;fokhagyma;Étolaj;Jódozott só;csemege paprika;babérlevél;gulyáskrém;Tisztított burgonya; Citromos csirketokány *01; Étolaj;Jódozott só;vöröshagyma;őrölt bors;Finomliszt;Citrom;Citromlé; Sárgarépas rizs *09; 01; Étolaj;Ételízesítő sómentes;Rizs /hántolt " B"/;Jódozott só;Sárgarépa tisztított; Teljes kiőrlésű kenyér *01; Teljeskiőrlésű kenyér;
Energia: 697.5 kcal; Fehérje: 32.5 g; Zsír: 19.2 g; Tel.zsír: 2.3 g; Szénhidrat: 94.7 g;Só: 5.2 g;Cukor: 3.4 g; Kalcium: 0.0 g;		
	Uzsonna	Light margarin * Delma light margarin; Kedvenc csirkemell sonka * Kedvenc csirkemell sonka; Félbarna kenyér *01; félbarna kenyér; Jégcsapretek * Jégcsap retek;
Energia: 164.8 kcal; Fehérje: 4.3 g; Zsír: 3.6 g; Tel.zsír: 0.6 g; Szénhidrat: 28.1 g;Só: 0.8 g;Cukor: 0.3 g; Kalcium: 0.0 g;		
2024.04.16 Kedd	Tízórai	Gyümölcs tea/ csipkebogyó * kristálycukor;Citromlé;Teafű/gyümölcsös Hugli; Sajtkrém *07; Sajtkrém *; Félbarna kenyér *01; félbarna kenyér; Zöldpaprika * zöldpaprika;
Energia: 237.1 kcal; Fehérje: 6.5 g; Zsír: 5.7 g; Tel.zsír: 0.2 g; Szénhidrat: 39.4 g;Só: 0.7 g;Cukor: 10.7 g; Kalcium: 0.0 g;		
	Ebéd	Brokkolikrémleves *07; Brokkolikrémleves alap;Brokkoli /fagy./;Tejföl kannában 12%-os *;Tejszín kannában *;Kakukkfű; Levesgyöngy *01; 07; 03; levesgyöngy;

"HÍRŐS" Vendéglátó Kft.		ÉTLAP		2024.04.11 10:06:46
2024.04.16 Kedd		Szegedi tarhonyáshús Étolaj;csemege paprika;Tarhonya;Ételízesítő sómentes;őrölt bors;Jódozott só;Sertés lapocka;Tisztított vöröshagyma; Teljes kiőrlésű kenyér Teljeskiőrlésű kenyér;	*01; 03; 09; 01; *01;	
Energia: 761.2 kcal; Fehérje: 30.3 g; Zsír: 33.7 g; Tel.zsír: 8.2 g; Szénhidrat: 79.7 g;Só: 3.2 g;Cukor: 7.5 g; Kalcium: 0.0 g;				
Uzsonna		Olasz felvágott Olasz felvágott *; Light margarin Delma light margarin; Teljes kiőrlésű kenyér Teljeskiőrlésű kenyér *; Jégsaláta Jégsaláta;	* * *01; *	
Energia: 209.7 kcal; Fehérje: 7.6 g; Zsír: 8.5 g; Tel.zsír: 2.5 g; Szénhidrat: 24.3 g;Só: 0.8 g;Cukor: 0.2 g; Kalcium: 0.0 g;				
2024.04.17 Szerda	Tízórai	Gyümölcsös joghurt Gyümölcsös joghurt /125g/ *Riska/; Kifli kifli tejes /44g-os /;	*07; *01; 07;	
Energia: 266.0 kcal; Fehérje: 7.6 g; Zsír: 3.8 g; Tel.zsír: 0.8 g; Szénhidrat: 46.5 g;Só: 0.6 g;Cukor: 16.6 g; Kalcium: 0.0 g;				
Ebéd		Paradicsomleves abc tésztával Étolaj;kristálycukor;zeller zöld;Finomliszt /BL 55 /;paradicsom püré /sűrített/;Jódozott só;ABC tészta 4 tojásos *; Petrezselymes burgonya Étolaj;petrezselyem zöld;Tisztított burgonya;Jódozott só; Sága pulyka fasírt golyó Sága fasírt golyó; Kerti zöldségkeverék Karfiol /mir.;Sárgarépa tisztított;Zöldbab /fagy./;Zöldborsó /fagy./; Teljes kiőrlésű kenyér Teljeskiőrlésű kenyér;	*09; 01; 03; * *01; * *01;	
Energia: 677.5 kcal; Fehérje: 18.9 g; Zsír: 23.0 g; Tel.zsír: 1.4 g; Szénhidrat: 99.3 g;Só: 0.5 g;Cukor: 12.5 g; Kalcium: 0.0 g;				
Uzsonna		Sajtos kifli Sajtos kifli; Alma Alma;	*01; 07; *	
Energia: 303.9 kcal; Fehérje: 10.0 g; Zsír: 7.0 g; Tel.zsír: 0.8 g; Szénhidrat: 51.4 g;Só: 1.2 g;Cukor: 16.2 g; Kalcium: 0.0 g;				
2024.04.18 Csütörtök	Tízórai	Gyümölcs tea kristálycukor;Citromlé;teafű;	*	
ALLERGÉNEK: 01 Glutén; 02 Rákfélék; 03 Tojás; 04 Hal; 05 Földimogyoró; 06 Szójabab; 07 Tej; 08 Diófélék; 09 Zeller; 10 Mustár; 11 Szezámmag; 12 Kén-dioxid; 13 Csillagfűrt; 14 Puhatestűek; 15 Édesítő szer; 01 Glut				
2 . lap				

2024.04.18 Csütörtök	Vaj	*07;
	Tea vaj *;	
	Sárgabarack extradzsem	*

Sárgabarack extra dzsem;

	Félbarna kenyér	*01;
	félbarna kenyér;	

Energia: 337.9 kcal; Fehérje: 4.2 g; Zsír: 12.9 g; Tel.zsír: 7.8 g; Szénhidrat: 50.6 g;Só: 0.7 g;Cukor: 20.8 g; Kalcium: 0.0 g;

Ebéd	Daragalus kaleves	*09; 01; 03; 01;
	őrölt bors;Ételízesítő sómentes;Étolaj;petrezselyem zöld;kelkáposzta;Jódozott só;Gyökér tisztított;Tisztított vöröshagyma (kocka);Sárgarépa tisztított;Zeller /tisztított;Zöldborsó	
	Zöldborsó főzelék	*07; 01;
	Étolaj;kristálycukor;Tej /tömlős 1,5 % *;Finomliszt /BL 55 / *;Jódozott só;Zöldborsó / fagy./;	
	Főtt tojás ebéd	*03;
	tojás;	

	Linzer karika	*01; 03;
	Linzer karika;	

	Teljes kiőrlésű kenyér	*01;
	Teljeskiőrlésű kenyér;	

Energia: 732.9 kcal; Fehérje: 29.1 g; Zsír: 32.9 g; Tel.zsír: 6.9 g; Szénhidrat: 75.8 g;Só: 1.5 g;Cukor: 24.4 g; Kalcium: 0.0 g;

Uzsonna	Light margarin	*
	Delma light margarin;	
	Szeletelt trap.sajt	*
	Szeletelt sajt;	

	Paradicsom	*
	paradicsom;	

	Teljes kiőrlésű kenyér	*01;
	Teljeskiőrlésű kenyér *;	

Energia: 159.9 kcal; Fehérje: 5.3 g; Zsír: 4.0 g; Tel.zsír: 0.8 g; Szénhidrat: 24.3 g;Só: 0.8 g;Cukor: 0.7 g; Kalcium: 0.0 g;

2024.04.19 Péntek	Tízórai	Gyümölcs tea/ csipkebogyó	*
		kristálycukor;Citromlé;Teafű/gyümölcsös Hugli;	
		Light margarin	*
		Delma light margarin;	

	Szeletelt csemege szalámi /gasztró	*
	Szeletelt csemege szalámi/gasztró;	

	Olasz zsemle	*01;
	Olasz zsemle;	

Energia: 250.8 kcal; Fehérje: 6.0 g; Zsír: 5.4 g; Tel.zsír: 0.4 g; Szénhidrat: 43.8 g;Só: 0.1 g;Cukor: 10.1 g; Kalcium: 0.0 g;

"HÍRÖS"

Vendéglátó Kft.

ÉTLAP

2024.04.11 10:06:46

2024.04.19 Péntek

Ebéd

Legényfogóleves

*01; 09; 01; 07;

Levestészta;Jódózott só;őrölt bors;Étolaj;petrezselyem zöld;sertés lapocka;Citromlé;Finomliszt;csirkemáj;Ételízesítő sómentes;Sárgarépa tisztított;Tisztított

Mogyorókrémes minigombóc

*01; 07; 03;

Mogyorókrémes minigombóc;Zsemlemorzsa *;Étolaj;Jódózott só;

Porcukor

*

Porcukor;

Őszibarack befőtt

*

befőttek /őszibarack /;

Teljes kiőrlésű kenyér

*01;

Teljeskiőrlésű kenyér;

Energia: 549.0 kcal; Fehérje: 13.4 g; Zsír: 24.9 g; Tel.zsír: 3.8 g; Szénhidrat: 64.2 g;Só: 9.3 g;Cukor: 21.0 g; Kalcium: 0.0 g;

Uzsonna

Croissant

*01; 03;

Energia: 276.0 kcal; Fehérje: 4.6 g; Zsír: 15.1 g; Tel.zsír: 0.0 g; Szénhidrat: 28.5 g;Só: 0.0 g;Cukor: 0.0 g; Kalcium: 0.0 g;

ALLERGÉNEK: 01 Glutén; 02 Rákfélék; 03 Tojás; 04 Hal; 05 Földimogyoró; 06 Szójabab; 07 Tej; 08 Diófélék; 09 Zeller; 10 Mustár; 11 Szezámmag; 12 Kén-dioxid; 13 Csillagfűrt; 14 Puhatestűek; 15 Édesítő szer;