

Dr. Nagy László EGYMI

Étlap

2022. május 16 - 2022. május 20



Étkezés	2022.05.16 Hétfő	2022.05.17 Kedd	2022.05.18 Szerda	2022.05.19 Csütörtök	2022.05.20 Péntek
Reggeli	Őszibarack lekvár, Tej 1,5% [7], Félbarna kenyér [1,3,7]	Sonkás-sajtos melegszendvics [1,3,7], Paprika, Tea	Teljes kiőrlésű zsemle [1,3,7], Májkrém [6], Retek, Tej 1,5% [7]	Omlett [3,7], Újhagyma, Csipkebogyó tea, Kenyér [1,3,7]	Bajor rozskenyér [1,6], Sajtkrém [7,8], Hársfa tea, Uborka
Tízórai	Kakaós croissant [1,3,6,7]	Sajtos kifli [1,3]	Gyümölcsjoghurt [7]	Túró Rudi [5,7]	Vaníliás croissant [1,3,7]
Ebéd	Vajgaluska leves [1,3], Teljes kiőrlésű kenyér [1,3,7], Finomfőzelék [1,7], Főtt baromfivirslis [6]	Gulyásleves, Mákos tészta [1], Gyümölcs	Zöldségkrém leves [1,7,9], Fasírt sertésből [1,3,7], Petrezselymes rizs, Csemege uborka	Fejtett bableves [1,9], Fűszeres csirkeragu, Burgonyapüré [7]	Erőleves [3,8,9], Göngyölt sertéskaraj [1], Zöldséges bulgur [1]
Uzsonna	Alma	Mandarin	Kiwi	Banán	Narancs
Vacsora	Gyros Pitában [1,3,7,8]	Vajas pogácsa [1,3,6,7]	Sült csirkecomb, Pirított burgonya	Spagetti carbonara [1,7]	Kefir [7], Korpás kifli [1]
Energia:	1 583,65kcal	1 828,02kcal	1 791,23kcal	1 788,60kcal	1 540,48kcal
Zsír:	47,03g	62,57g	68,87g	62,12g	63,05g
Fehérje:	88,00g	75,08g	74,99g	79,61g	71,94g
Szénhidrát:	193,92g	236,15g	222,19g	224,99g	169,39g
Só:	6,65g	5,05g	7,21g	6,75g	5,57g

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona 2. Rákfélék és azokból készült termékek 3. Tojás és abból készült termékek 4. Halak és azokból készült termékek 5. Földimogyoró és abból készült termékek 6. Szójabab és abból készült termékek 7. Tej és abból készült termékek 8. Diófélék 9. Zeller és abból készült termékek 10. Mustár és abból készült termékek 11. Szezám és abból készült termékek 12. Kén-dioxid 13. Puhatestűek 14. Csillagfűrt

A változás jogát fenntartjuk!