



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Szent István u. 29/1.

ÉTLAP

IKR Élelmezési program [V: 3.6.0.8] © Info-Set Kft.

2018. 10. hét (2018.03.05. - 2018.03.11.)

A menü

Korcsoport: 19 - 99 év

1. / 1. oldal

| Étkezés | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek | Szombat | Vasárnap |
|----------------|--|---|--|---|--|--|--|
| Ebéd - A | Kömény leves + Zsemlekočka + Zöldbab főzelék + Pulyka pörkölt + Alma + Korpás kenyér (ebéd) + | Meggy leves + Kusz-kusszal töltött csirkecomb + Francia rizs + Dinnye savanyú + Kenyer félbarna E+ | Csontleves + Daragaluska + Zöldborsó főzelék + Fasírt + Kenyer félbarna E+ Müzlí szelet + | Babgulyás + Túróval töltött gombóc + Kivi kg+ Kenyer félbarna E+ | Zöldségkrém leves + Rántott halfilé szezámos+ Főtt burgonya + Tartármártás + Kenyer félbarna E+ | Sóska leves + Veronai penne csirkemell darabokkal+ Körte + Kenyer félbarna E+ | - |
| Összetevők | En: 674,1 kcal Zs: 33,2 g Tz: 4,4 g Fe: 26,6 g Sz: 65,3 g Cu: 4,2 g So: 5,1 g | En: 1093,1 kcal Zs: 37,4 g Tz: 7,6 g Fe: 38,9 g Sz: 149,0 g Cu: 24,5 g So: 3,6 g | En: 858,2 kcal Zs: 33,1 g Tz: 3,6 g Fe: 29,2 g Sz: 108,1 g Cu: 23,0 g So: 6,1 g | En: 1083,6 kcal Zs: 30,7 g Tz: 3,4 g Fe: 40,6 g Sz: 159,3 g Cu: 38,8 g So: 4,7 g | En: 980,9 kcal Zs: 28,2 g Tz: 3,7 g Fe: 42,9 g Sz: 127,1 g Cu: 6,8 g So: 3,3 g | En: 827,9 kcal Zs: 22,6 g Tz: 2,3 g Fe: 36,9 g Sz: 119,0 g Cu: 16,6 g So: 3,7 g | En: - Zs: - Tz: - Fe: - Sz: - Cu: - So: - |
| Allergének | glutén, tejféle | tejféle, glutén, tojás, zeller, , | zeller, glutén, hal, szója, tejféle, tojás, , diófélék, földimogyoró | zeller, glutén, tojás, tejféle, | zeller, tojás, glutén, tejféle, hal, szezámmag, , mustár | tejféle, glutén, | |
| SEnergia - A | 674,06 kcal | 1093,07 kcal | 858,18 kcal | 1083,55 kcal | 980,93 kcal | 827,92 kcal | 0 kcal |
| Jelmagyarázat: | En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav | | | | | | |