



**Gyulakonyha Non-profit Kft.**

5700 Gyula

Szent István u. 29/1.

# ÉTLAP

2018. 17. hét (2018.04.23. - 2018.04.29.)

A menü

Korcsoport: 19 -69 év

IKR Élelmezési program [V: 3.6.0.12] © Info-Set Kft.

1. / 1. oldal

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A	<b>Bakonyi tarhonya leves + Sárgaborsó főzelék + Parasztos sertésborda + Túró rudi + Korpás kenyér (ebéd) +</b>	<b>Meggy leves + Csirkemájás csirke tokány + Pírtott bulgur + Cékla saláta + Kenyér félbarna E+ Körte +</b>	<b>Sóska leves + Levesgyöngy + Harcsa filé zöldséges raguval + Burgonyapüré + Korpás kenyér (ebéd) + Alma +</b>	<b>Húsleves + Cérnamentélt + Paradicsom mártás + Főtt sertéskaraj + Rozsos kenyér (ebéd)+</b>	<b>Borscs leves + Túrós batyu + Kivi kg+ Kenyér félbarna E+</b>
Összetevők	En: 916,4 kcal Zs: 33,9 g Tz: 7,6 g Fe: 43,6 g Sz: 106,7 g Cu: 12,1 g So: 5,2 g	En: 874,5 kcal Zs: 23,9 g Tz: 3,8 g Fe: 33,2 g Sz: 135,7 g Cu: 23,6 g So: 3,2 g	En: 1132,5 kcal Zs: 48,9 g Tz: 6,2 g Fe: 46,1 g Sz: 123,1 g Cu: 20,3 g So: 6,5 g	En: 594,8 kcal Zs: 16,0 g Tz: 1,3 g Fe: 25,4 g Sz: 79,8 g Cu: 32,6 g So: 4,3 g	En: 550,5 kcal Zs: 23,1 g Tz: 7,1 g Fe: 24,6 g Sz: 63,7 g Cu: 5,4 g So: 2,1 g
Allergének	tejféle, glutén, tojás	tejféle, glutén, ,	tejféle, glutén, , tojás, zeller	zeller, glutén, hal, szója, tejféle, tojás,	tejféle, zeller, glutén, tojás,
<b>S</b> Energia - A	916,4 kcal	874,48 kcal	1132,49 kcal	594,82 kcal	550,55 kcal

Jelmagyarázat: En - Energia, Fe - Fehérje, Zs - Zsír, Sz - Szénhidrát, Cu - Cukor, Tz - Telített zsírsav