



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Szent István u. 29/1.

ÉTLAP

2018. 19. hét (2018.05.07. - 2018.05.13.)

B 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 - B	Zöldséges burgonyakréMLEVES + Nemzeti szelet + Csőtészta + Korpás kenyér (ebéd) + Alma +	Vegyes gyümölcs leves + Rántott halfilé + Burgonyapüré + Cékla saláta + Magvas kenyér E+	Csontleves + Daragaluska + Kelkáposzta főzelék + Lecsós sertésszelet + Korpás kenyér (ebéd) + Alma +	Paradicsom leves + Bajor csirke+ Párolt rizs + Kenyér félbarna E+ Körte +	Erdélyi húsos leves+ Mákos metélt+ Alma + Kenyér félbarna E+
Összetevők	En: 1026,4 kcal Zs: 30,3 g Tz: 4,5 g Fe: 43,9 g Sz: 141,0 g Cu: 9,9 g So: 5,6 g	En: 1869,7 kcal Zs: 32,1 g Tz: 9,3 g Fe: 57,0 g Sz: 317,0 g Cu: 46,0 g So: 8,6 g	En: 951,2 kcal Zs: 41,8 g Tz: 5,2 g Fe: 40,4 g Sz: 99,5 g Cu: 1,9 g So: 8,2 g	En: 1472,1 kcal Zs: 36,0 g Tz: 4,1 g Fe: 47,7 g Sz: 236,3 g Cu: 42,9 g So: 5,3 g	En: 1664,0 kcal Zs: 39,7 g Tz: 4,0 g Fe: 47,8 g Sz: 193,5 g Cu: 30,5 g So: 7,3 g
Allergének	zeller, tejféle, glutén	tejféle, glutén, tojás, hal, , szezámmag, szója	zeller, glutén, hal, szója, tejféle, tojás,	glutén, tojás, tejféle, hal, szója, zeller	tejféle, glutén, tojás,
ΣEnergia - A	1026,41 kcal	1869,72 kcal	951,19 kcal	1472,15 kcal	1663,98 kcal

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