



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Szent István u. 29/1.

ÉTLAP

2018. 23. hét (2018.06.04. - 2018.06.10.)

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	Csontleves + Daragaluska + Rakott brokkoli gombával+ Müzli szelet + Kenyér félbarna E+	Sóska leves + Levesgyöngy + Hagymás sültcsirkemáj + Párolt rizs + Csemege uborka + Kenyér félbarna E+ Zöld alma +	Alma leves + Rántott halfilé + Burgonyapüré + Fitt káposzta saláta + Kenyér félbarna E+	Zöldség leves + Temesvári sertéstokány + Főtt burgonya + Kenyér félbarna E+	Alföldi gulyás leves + Káposztás tészta + Alma + Kenyér félbarna E+
Összetevők	En: 1308,0 kcal Zs: 50,8 g Tz: 6,1 g Fe: 49,9 g Sz: 156,8 g Cu: 9,9 g So: 8,1 g	En: 1439,2 kcal Zs: 44,8 g Tz: 6,5 g Fe: 53,1 g Sz: 197,7 g Cu: 20,7 g So: 6,9 g	En: 1619,6 kcal Zs: 47,8 g Tz: 11,7 g Fe: 56,6 g Sz: 227,8 g Cu: 45,8 g So: 8,8 g	En: 1111,8 kcal Zs: 36,9 g Tz: 2,8 g Fe: 44,1 g Sz: 144,0 g Cu: 0,8 g So: 5,9 g	En: 1205,7 kcal Zs: 33,9 g Tz: 3,7 g Fe: 44,5 g Sz: 181,4 g Cu: 10,6 g So: 6,4 g
Allergének	zeller, glutén, hal, szója, tejféle, tojás, mustár, diófélék, földimogyoró	tejféle, glutén, , , hal, szója, tojás, zeller,	tejféle, glutén, tojás, hal,	zeller, glutén, tejféle,	zeller, tojás, glutén, ,
S Energia - A	1307,99 kcal	1439,16 kcal	1619,56 kcal	1111,82 kcal	1205,68 kcal

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