



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Szent István u. 29/1.

ÉTLAP

2018. 27. hét (2018.07.02. - 2018.07.08.)

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	Lebbencs leves + Rakott karfiol + Alma + Korpás kenyér (ebéd) +	Zöldségkrém leves + Kapros csirketokány + Copfocska tészta + Kenyér félbarna E+	Paradicsom leves + Búbos hús + Petrezselymes burgonya + Csemege uborka + Kenyér félbarna E+	Nyári zöldségleves + Pusztai peccsenye + Párolt rizs + Uborka saláta + Kenyér félbarna E+	Alföldi gulyás leves + Túrós csusza + Őszibarack + Kenyér félbarna E+
Összetevők	En: 1233,1 kcal Zs: 56,4 g Tz: 5,6 g Fe: 45,2 g Sz: 130,8 g Cu: 3,1 g So: 6,4 g	En: 1162,3 kcal Zs: 30,0 g Tz: 4,7 g Fe: 53,8 g Sz: 167,2 g Cu: 14,7 g So: 4,9 g	En: 1181,7 kcal Zs: 25,9 g Tz: 2,3 g Fe: 44,1 g Sz: 179,1 g Cu: 43,2 g So: 5,1 g	En: 1390,2 kcal Zs: 46,0 g Tz: 4,7 g Fe: 49,3 g Sz: 189,7 g Cu: 13,4 g So: 6,9 g	En: 1422,2 kcal Zs: 57,8 g Tz: 5,8 g Fe: 55,7 g Sz: 169,3 g Cu: 2,6 g So: 7,1 g
Allergének	tejféle, glutén, mustár, szója, tojás	zeller, tejféle, tojás, glutén	glutén, tojás, tejféle, ,	zeller, tejféle, tojás, glutén, hal, szója,	zeller, tojás, glutén, tejféle,
S Energia - A	1233,1 kcal	1162,26 kcal	1181,73 kcal	1390,24 kcal	1422,17 kcal

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