



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Szent István u. 29/1.

ÉTLAP

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

2018. 28. hét (2018.07.09. - 2018.07.15.)

A menü

Korcsoport: 19 - 69 év

1. / 1. oldal

Étkezés	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Ebéd - A	Májgaluska leves + Lecsós sertésszelet + Tökfőzelék + Csokoládé (szelet) + Kenyér félbarna E+	Francia hagymaleves + Grill csirkecomb + Nyári zöldséges tészta + Őszibarack + Kenyér félbarna E+	Palóc leves "Gundel módra" + Masánszki rizs + Kenyér félbarna E+	Zöldborsó leves + Veronai penne csirkemell darabokkal+ Kenyér félbarna E+ Alma +	Vegyes gyümölcs leves + Stefánia vagdalt + Margarinos burgonya + Kovászos uborka + Kenyér félbarna E+
Összetevők	En: 807,6 kcal Zs: 39,1 g Tz: 8,7 g Fe: 35,7 g Sz: 73,9 g Cu: 16,5 g So: 5,8 g	En: 884,6 kcal Zs: 35,0 g Tz: 8,9 g Fe: 39,6 g Sz: 102,3 g Cu: 4,6 g So: 3,8 g	En: 1078,9 kcal Zs: 25,0 g Tz: 3,8 g Fe: 37,6 g Sz: 172,6 g Cu: 48,5 g So: 3,4 g	En: 785,1 kcal Zs: 23,4 g Tz: 2,5 g Fe: 39,1 g Sz: 105,5 g Cu: 5,5 g So: 5,0 g	En: 1405,2 kcal Zs: 35,8 g Tz: 8,1 g Fe: 29,0 g Sz: 220,0 g Cu: 24,4 g So: 5,3 g
Allergének	zeller, glutén, tojás, tejféle, diófélék, földimogyoró, szezámmag, szója	tejféle, glutén, tojás, zeller,	tejféle, glutén, tojás	zeller, glutén, hal, szója, tejféle, tojás	tejféle, glutén, tojás,
S Energia - A	807,55 kcal	884,56 kcal	1078,87 kcal	785,05 kcal	1405,23 kcal

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