



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Szent István u. 29/1.

ÉTLAP

2018. 29. hét (2018.07.16. - 2018.07.22.)

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 + Sültoldalás + Tört burgonya + Káposzta saláta + Kenyér félbarna E+	Kerti citromos zöldségleves+ Savanyú vetreце + Kukorica kása + Kenyér félbarna E+	Sóska leves + Levesgyöngy + Sajtos csirkemell + Párolt rizs 1/2 adag + Párolt zöldség 1/2 + Kenyér félbarna E+	Sárgaborsó leves + Rakott burgonya + Kovászos uborka + Kenyér félbarna E+ Müzli szelet +	Bakonyi tarhonya leves kolbásszal+ Sajtos-baconos tészta + Sárgadinnye + Kenyér félbarna E+
Összetevők	En: 991,2 kcal Zs: 17,4 g Tz: 0,6 g Fe: 46,1 g Sz: 153,8 g Cu: 11,5 g So: 7,1 g	En: 1038,1 kcal Zs: 40,7 g Tz: 4,0 g Fe: 43,4 g Sz: 125,8 g Cu: 2,1 g So: 7,8 g	En: 1540,4 kcal Zs: 69,2 g Tz: 28,4 g Fe: 74,4 g Sz: 153,8 g Cu: 21,9 g So: 8,3 g	En: 1772,5 kcal Zs: 80,1 g Tz: 29,2 g Fe: 62,5 g Sz: 165,9 g Cu: 8,6 g So: 9,3 g	En: 1850,9 kcal Zs: 186,6 g Tz: 36,6 g Fe: 71,6 g Sz: 173,8 g Cu: 8,8 g So: 8,9 g
Allergének	zeller, glutén, hal, szója, tejféle, tojás	zeller, tejféle, glutén, mustár, tojás	tejféle, glutén, , hal, szója, tojás, zeller	glutén, tejféle, tojás, mustár, szója, , diófélék, földimogyoró	tejféle, glutén, tojás,
S Energia - A	991,23 kcal	1038,14 kcal	1540,39 kcal	1772,53 kcal	1850,88 kcal

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