



Gyulakonyha Non-profit Kft.

5700 Gyula

Szent István u. 29/1.

ÉTLAP

2018. 30. hét (2018.07.23. - 2018.07.29.)

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	Tarhonya leves + Fasírt + Lucskos káposzta + Kenyér félbarna E+	Brokkoli krémleves + Csirkepaprikás + Szarvacska tészta + Kenyér félbarna E+ Görögdinnye +	Kömény leves + Zsemlekočka + Sült hekk + Petrezselymes burgonya + Kovászos uborka + Kenyér félbarna E+	Húsleves + Cérnamentélt + Töltött karalábé + Kapormártás + Kenyér félbarna E+	Erdélyi csorba húsgombóccal + Derelye ízes + Őszibarack + Kenyér félbarna E+
Összetevők	En: 1223,9 kcal Zs: 59,8 g Tz: 4,6 g Fe: 38,5 g Sz: 125,3 g Cu: 0,7 g So: 7,3 g	En: 1243,6 kcal Zs: 44,5 g Tz: 9,6 g Fe: 50,8 g Sz: 157,4 g Cu: 8,0 g So: 6,6 g	En: 1053,9 kcal Zs: 17,4 g Tz: 1,2 g Fe: 51,5 g Sz: 155,3 g Cu: 2,9 g So: 7,1 g	En: 1315,1 kcal Zs: 59,8 g Tz: 6,6 g Fe: 39,1 g Sz: 148,3 g Cu: 14,5 g So: 6,7 g	En: 1467,2 kcal Zs: 46,6 g Tz: 6,1 g Fe: 45,0 g Sz: 217,7 g Cu: 15,0 g So: 4,6 g
Allergének	glutén, tojás, tejféle	zeller, tejféle, tojás, glutén	tejféle, glutén, , hal, ,	zeller, glutén, hal, szója, tejféle, tojás, mustár	zeller, tejféle, tojás, glutén,
ΣEnergia - A	1223,87 kcal	1243,65 kcal	1053,87 kcal	1315,13 kcal	1467,19 kcal

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