



Étlap

2019. december 2 - 2019. december 8

Kórház diabetes

Napok	Étkezés	Kórház diabetes
2019.12.02 Hétfő	Reggeli	Tej, Zsemle, Minimargarin, Lapka sajt E: 477,24kcal, Zsír: 13,74g, Tel.zsír.: 5,58g, Feh.: 19,07g, CH: 68,72g, Cuk: 0,00g, Só: 2,07g, Ca: 346,72mg Allergének: Tej,Glutén
	Tízórai	Gyümölcs E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg
	Ebéd	Tárkonyos zöldségleves, Pirított hagymás kakukkfűves csirkeragu, Tészta köret E: 550,95kcal, Zsír: 18,80g, Tel.zsír.: 1,54g, Feh.: 28,39g, CH: 65,60g, Cuk: 0,00g, Só: 1,42g, Ca: 111,28mg Allergének: Glutén
	Uzsonna	Gyümölcs E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg
	Vacsora	Tej, Tej. ki rlés kenyér, Tejszínes sajtkrém, Gyümölcs tea diab. E: 467,12kcal, Zsír: 17,31g, Tel.zsír.: 10,03g, Feh.: 17,23g, CH: 59,65g, Cuk: 0,00g, Só: 0,82g, Ca: 431,31mg Allergének: Tej,Glutén
2019.12.03 Kedd	Reggeli	Tej, Zsemle, Gombás szendvicskrém E: 460,07kcal, Zsír: 10,98g, Tel.zsír.: 3,57g, Feh.: 19,15g, CH: 70,64g, Cuk: 0,00g, Só: 2,17g, Ca: 307,55mg Allergének: Tej,Glutén
	Tízórai	Gyümölcs E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg
	Ebéd	Köménymaglevés, Pirított zsemlekocka, Sárgaborsóf zelék, Natúr sertésborda E: 763,77kcal, Zsír: 37,24g, Tel.zsír.: 4,97g, Feh.: 38,96g, CH: 65,47g, Cuk: 0,00g, Só: 1,91g, Ca: 60,63mg Allergének: Glutén
	Uzsonna	Gyümölcs E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg

**Jó étvágyat kívánunk!
Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!**

2019.12.04 Szerda	Vacsora	Diákcsemege, Minimargarin, Tej. ki rlés rozsos kenyér, Gyümölcs tea diab., Zöldség E: 408,37kcal, Zsír: 14,11g, Tel.zsír.: 1,51g, Feh.: 13,27g, CH: 56,76g, Cuk: 0,00g, Só: 1,28g, Ca: 38,12mg Allergének: Glutén
	Reggeli	Tej, Zsemle, Minimargarin, Párizsi (sertés) E: 531,20kcal, Zsír: 19,08g, Tel.zsír.: 4,53g, Feh.: 20,98g, CH: 67,72g, Cuk: 0,00g, Só: 2,71g, Ca: 271,90mg Allergének: Tej,Glutén
	Tízórai	Gyümölcs E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg
	Ebéd	Tavaszi zöldségleves, Paprikás burgonya, F tt bécsi virsli, Csemege uborka E: 619,40kcal, Zsír: 30,96g, Tel.zsír.: 8,33g, Feh.: 21,04g, CH: 63,04g, Cuk: 0,00g, Só: 2,59g, Ca: 86,12mg Allergének: Glutén,Zeller,Mustár
	Uzsonna	Gyümölcs E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg
	Vacsora	Sonkakrém, Tej. ki rlés kenyér, Zöldség E: 368,83kcal, Zsír: 10,90g, Tel.zsír.: 0,97g, Feh.: 17,99g, CH: 49,30g, Cuk: 0,00g, Só: 1,16g, Ca: 45,77mg Allergének: Glutén
2019.12.05 Csütörtök	Reggeli	Tej, Túrókrém pirított magokkal, Gyümölcs tea diab. E: 305,54kcal, Zsír: 18,79g, Tel.zsír.: 4,56g, Feh.: 18,20g, CH: 15,18g, Cuk: 0,00g, Só: 0,25g, Ca: 358,12mg Allergének: Tej,Szezámag
	Tízórai	Gyümölcs E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg
	Ebéd	Tejfölös gombaleves, Sertéspörkölt, Tészta köret, Mongol saláta, Gyümölcs zselé E: 743,56kcal, Zsír: 29,56g, Tel.zsír.: 3,53g, Feh.: 40,55g, CH: 75,04g, Cuk: 0,00g, Só: 1,73g, Ca: 224,07mg Allergének: Glutén,Tej
	Uzsonna	Gyümölcs E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg

**Jó étvágyat kívánunk!
Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!**

	Vacsora	Trappista sajt szelet, Minimargarin, Telj.ki rlés zsemle E: 517,66kcal, Zsír: 18,53g, Tel.zsír.: 8,97g, Feh.: 21,65g, CH: 65,17g, Cuk: 0,00g, Só: 1,07g, Ca: 321,20mg Allergének: Tej,Glutén
2019.12.06 Péntek	Reggeli	Telj. ki rlés kenyér, Minimargarin, Felvágott, Gyümölcs tea diab. E: 336,32kcal, Zsír: 7,85g, Tel.zsír.: 1,93g, Feh.: 16,13g, CH: 49,53g, Cuk: 0,00g, Só: 1,04g, Ca: 61,32mg Allergének: Glutén
	Tízórai	Gyümölcs E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg
	Ebéd	Málnakrém leves, Natúr csirke mellfilé, Petrezselymes rizs, Vitamin saláta E: 514,80kcal, Zsír: 15,90g, Tel.zsír.: 3,05g, Feh.: 30,11g, CH: 58,19g, Cuk: 0,00g, Só: 1,45g, Ca: 100,12mg Allergének: Tej
	Uzsonna	Gyümölcs E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg
	Vacsora	Kocka sajt, Zsemle, Gyümölcs tea diab. E: 314,42kcal, Zsír: 3,41g, Tel.zsír.: 1,05g, Feh.: 11,43g, CH: 58,77g, Cuk: 0,00g, Só: 1,72g, Ca: 106,84mg Allergének: Tej,Glutén
2019.12.07 Szombat	Reggeli	Telj.korpás kenyér, Minimargarin, Felvágott, Gyümölcs tea diab. E: 402,29kcal, Zsír: 14,54g, Tel.zsír.: 4,41g, Feh.: 14,31g, CH: 52,01g, Cuk: 0,00g, Só: 2,10g, Ca: 10,68mg Allergének: Glutén
	Tízórai	Gyümölcs E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg
	Ebéd	Májgombóclevés, Sertéssült, Paradicsomos burgonyaf zelék E: 759,28kcal, Zsír: 30,75g, Tel.zsír.: 7,00g, Feh.: 35,25g, CH: 82,32g, Cuk: 0,00g, Só: 2,93g, Ca: 80,07mg Allergének: Glutén,Tojás
	Uzsonna	Gyümölcs E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg

**Jó étvágyat kívánunk!
Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!**



Étlap

2019. december 2 - 2019. december 8

Kórház diabetes

2019.12.08 Vasárnap	Vacsora	<p>Tej, Kefir, Félbarna kenyér, Gyümölcs tea diab.</p> <p>E: 467,52kcal, Zsír: 11,11g, Tel.zsír.: 7,43g, Feh.: 21,90g, CH: 71,32g, Cuk: 0,00g, Só: 0,95g, Ca: 441,32mg</p> <p>Allergének: Tej,Glutén</p>
	Reggeli	<p>Tej, Félbarna kenyér, Snidlinges vajkrém, Gyümölcs tea diab.</p> <p>E: 499,62kcal, Zsír: 18,31g, Tel.zsír.: 3,04g, Feh.: 17,28g, CH: 65,50g, Cuk: 0,00g, Só: 0,28g, Ca: 261,32mg</p> <p>Allergének: Tej,Glutén</p>
	Tízórai	<p>Gyümölcs</p> <p>E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg</p>
	Ebéd	<p>Csurgatott tojásleves, Bakonyi csirkeapró, Galuska</p> <p>E: 884,13kcal, Zsír: 35,03g, Tel.zsír.: 7,51g, Feh.: 41,15g, CH: 95,76g, Cuk: 0,00g, Só: 1,82g, Ca: 55,92mg</p> <p>Allergének: Glutén,Tojás,Tej</p>
	Uzsonna	<p>Gyümölcs</p> <p>E: 79,50kcal, Zsír: 0,45g, Tel.zsír.: 0,00g, Feh.: 0,60g, CH: 18,00g, Cuk: 0,00g, Só: 0,01g, Ca: 23,55mg</p>
	Vacsora	<p>Tej, Tej. ki rlés kenyér, Minimargarin, Csemege szalámi</p> <p>E: 511,10kcal, Zsír: 21,54g, Tel.zsír.: 8,14g, Feh.: 21,10g, CH: 57,59g, Cuk: 0,00g, Só: 1,27g, Ca: 274,79mg</p> <p>Allergének: Tej,Glutén</p>

Jó étvágyat kívánunk!
Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!