



Étlap

2019. december 2 - 2019. december 8

Kórház vegetáriánus

Napok	Étkezés	Kórház vegetáriánus
2019.12.02 Hétfő	Reggeli	Gyümölcs tea, Tej, Zsemle, Lapka sajt E: 367,10kcal, Zsír: 7,89g, Tel.zsír.: 4,09g, Feh.: 14,41g, CH: 59,11g, Cuk: 18,93g, Só: 1,18g, Ca: 340,42mg 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, Levesbetét, Piskóta kocka, Csokoládé öntet E: 669,58kcal, Zsír: 22,20g, Tel.zsír.: 2,80g, Feh.: 18,72g, CH: 90,15g, Cuk: 10,84g, Só: 1,23g, Ca: 364,83mg Allergének: Glutén,Tojás,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	Gyümölcs tea, Tej, kiállítás kenyér, Tejszínes sajtkrém E: 417,46kcal, Zsír: 11,70g, Tel.zsír.: 6,99g, Feh.: 10,43g, CH: 67,06g, Cuk: 18,93g, Só: 0,59g, Ca: 195,44mg Allergének: Glutén,Tej
2019.12.03 Kedd	Reggeli	Tej, Gyümölcs tea, Zsemle, Gombás szendvicssalátával E: 399,93kcal, Zsír: 10,63g, Tel.zsír.: 3,57g, Feh.: 14,51g, CH: 61,07g, Cuk: 18,93g, Só: 1,38g, Ca: 302,45mg 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	Köménymagleves, Pirított zsemlekocka, Sárgaborsó saláta, Főtt tojás E: 593,18kcal, Zsír: 25,55g, Tel.zsír.: 4,99g, Feh.: 24,06g, CH: 65,06g, Cuk: 0,00g, Só: 1,12g, Ca: 57,66mg 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 vegetáriánus

2019.12.04 Szerda	Vacsora	Gyümölcs tea, Tej. ki rlés rozsos kenyér, Kocka sajt, Zöldség E: 379,31kcal, Zsír: 3,70g, Tel.zsír.: 1,07g, Feh.: 10,63g, CH: 75,38g, Cuk: 18,93g, Só: 1,32g, Ca: 125,47mg Allergének: Glutén,Tej
	Reggeli	Tej, Gyümölcs tea, Kuglóf, Minimargarin E: 1 186,96kcal, Zsír: 28,44g, Tel.zsír.: 13,19g, Feh.: 27,21g, CH: 169,57g, Cuk: 38,91g, Só: 2,41g, Ca: 306,47mg Allergének: Tej,Glutén,Tojás
	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, Levesbetét, Paprikás burgonya szójával, Csemege uborka E: 639,79kcal, Zsír: 14,42g, Tel.zsír.: 1,59g, Feh.: 36,86g, CH: 89,45g, Cuk: 0,00g, Só: 1,51g, Ca: 178,46mg Allergének: Glutén,Zeller,Szója,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	Gyümölcs tea, Minimargarin, Tej. ki rlés kenyér, Sajtkrém, Zöldség E: 525,21kcal, Zsír: 22,22g, Tel.zsír.: 10,75g, Feh.: 12,03g, CH: 68,66g, Cuk: 18,93g, Só: 0,67g, Ca: 203,64mg Allergének: Glutén,Tej
2019.12.05 Csütörtök	Reggeli	Gyümölcs tea, Tej, Félbarna kenyér, Túrókrém pirított magokkal E: 635,48kcal, Zsír: 19,78g, Tel.zsír.: 4,56g, Feh.: 28,01g, CH: 85,48g, Cuk: 18,93g, Só: 0,30g, Ca: 382,25mg Allergének: Tej,Glutén,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, Tészta köret, Cékla saláta, Mikulás csoki figura, Szójapörkölt E: 934,61kcal, Zsír: 33,22g, Tel.zsír.: 8,94g, Feh.: 36,56g, CH: 119,17g, Cuk: 14,64g, Só: 2,60g, Ca: 333,66mg Allergének: Glutén,Tej,Szója
	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: 358,23kcal, Zsír: 17,64g, Tel.zsír.: 8,80g, Feh.: 16,38g, CH: 32,92g, Cuk: 0,00g, Só: 1,07g, Ca: 321,20mg Allergének: Tej,Glutén
2019.12.06 Péntek	Reggeli	Tea citromos, Tej, Telj. ki rlés kenyér, Magyoroókrém E: 508,92kcal, Zsír: 13,13g, Tel.zsír.: 5,22g, Feh.: 17,90g, CH: 79,79g, Cuk: 19,59g, Só: 0,56g, Ca: 300,53mg Allergének: Tej,Glutén,Mogyoró
	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, Petrezselymes rizs, Vegaburger, Vitamin saláta E: 676,40kcal, Zsír: 11,83g, Tel.zsír.: 4,18g, Feh.: 21,68g, CH: 115,27g, Cuk: 22,98g, Só: 2,50g, Ca: 239,00mg Allergének: Glutén,Tej,Szója
	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	Gyümölcs tea, Kocka sajt, Zsemle E: 248,86kcal, Zsír: 3,05g, Tel.zsír.: 1,05g, Feh.: 6,73g, CH: 48,28g, Cuk: 18,93g, Só: 0,93g, Ca: 100,42mg Allergének: Tej,Glutén
2019.12.07 Szombat	Reggeli	Gyümölcs tea, Telj.korpás kenyér, Kocka sajt E: 361,23kcal, Zsír: 3,77g, Tel.zsír.: 1,05g, Feh.: 10,03g, CH: 70,59g, Cuk: 18,93g, Só: 1,15g, Ca: 89,87mg Allergének: Glutén,Tej
	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	Kerti leves, Falafel golyók, Paradicsomos burgonyaf zelék E: 869,32kcal, Zsír: 51,47g, Tel.zsír.: 5,99g, Feh.: 18,54g, CH: 81,37g, Cuk: 8,99g, Só: 1,54g, Ca: 89,73mg 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 vegetáriánus

2019.12.08 Vasárnap	Vacsora	Gyümölcs tea, Tej, Kefir, Félbarna kenyér E: 538,46kcal, Zsír: 11,10g, Tel.zsír.: 7,43g, Feh.: 21,90g, CH: 89,33g, Cuk: 18,93g, Só: 0,95g, Ca: 445,45mg Allergének: Tej,Glutén
	Reggeli	Gyümölcs tea, Tej, Félbarna kenyér, Snidlinges vajkrém E: 570,56kcal, Zsír: 18,30g, Tel.zsír.: 3,04g, Feh.: 17,28g, CH: 83,51g, Cuk: 18,93g, Só: 0,28g, Ca: 265,45mg 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	Csurgatott tojásleves, Gombapörkölt, Galuska E: 691,70kcal, Zsír: 24,64g, Tel.zsír.: 3,31g, Feh.: 21,89g, CH: 90,77g, Cuk: 0,00g, Só: 1,64g, Ca: 45,98mg 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
	Vacsora	Gyümölcs tea, Tej, Tej. ki rlés kenyér, Minimargarin, Lapka sajt E: 517,30kcal, Zsír: 14,26g, Tel.zsír.: 5,66g, Feh.: 18,99g, CH: 77,54g, Cuk: 18,93g, Só: 0,59g, Ca: 361,06mg Allergének: Tej,Glutén

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