

MMSz Egyesület
Gondviselés Háza
Napsugár Idősek
Hunyadi park 5.

Étlap cukros egész napos ellátás
2025.04.14. - 2025.04.20.

	hétfő 2025.04.14	kedd 2025.04.15.	szerda 2025.04.16.	csütörtök 2025.04.17.	péntek 2025.04.18.	szombat 2025.04.19.	vasárnap 2025.04.20.
Reggeli	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), tej (07), diabetikus kalács (01,06,07,15), margarin (07), E:1 104(Kj) 264(KCal) F: 10(g) Kol: 0(g) Sz: 35(g) Zsir: 10(g) Cuk: 0(g) Só:0,80(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 123(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), tojásrántotta (03), félbarna kenyér (01), paradicsom, E:1 738(Kj) 416(KCal) F: 25(g) Kol: 0(g) Sz: 42(g) Zsir: 15(g) Cuk: 0(g) Só:1,35(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 131(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), tej (07), diabetikus dzsem (15), margarin (07), félbarna kenyér (01), E:1 417(Kj) 339(KCal) F: 14(g) Kol: 0(g) Sz: 50(g) Zsir: 8(g) Cuk: 0(g) Só:1,65(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 256(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), zala felvágott (06), margarin (07), félbarna kenyér (01), paradicsom, E:1 517(Kj) 363(KCal) F: 16(g) Kol: 45(g) Sz: 42(g) Zsir: 14(g) Cuk: 0(g) Só:2,38(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 42(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), diétás gyümölcsös joghurt (07), kifli (01), E: 899(Kj) 215(KCal) F: 11(g) Kol: 0(g) Sz: 35(g) Zsir: 1(g) Cuk: 2(g) Só:0,60(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 200(mg)	fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), főtt debreceni, mustár (10), félbarna kenyér (01), E:1 777(Kj) 425(KCal) F: 20(g) Kol: 80(g) Sz: 38(g) Zsir: 23(g) Cuk: 1(g) Só:3,22(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 33(mg)	Húsvét, fekete kávé cukor nélkül (15), tea cukor nélkül (12), körözött (07), félbarna kenyér (01), lilahagyma, E:2 724(Kj) 652(KCal) F: 51(g) Kol: 0(g) Sz: 54(g) Zsir: 24(g) Cuk: 3(g) Só:2,79(g) Tel.Zs: 3(g) Ca: 294(mg)
	gyümölcs, E: 226(Kj) 54(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 12(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 28(mg)	diabetikus befőtt (15), E: 9(Kj) 2(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 0(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	sós keksz (01,11,03), E: 603(Kj) 144(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 0(mg)	diabetikus nápolyi (01,06,15), E:1 112(Kj) 266(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 23(g) Zsir: 16(g) Cuk: 1(g) Só:0,07(g) Tel.Zs: 8(g) Ca: 0(mg)	diabetikus keksz (01,03,06,08,15), E: 439(Kj) 105(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 14(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:0,12(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	diabetikus nápolyi (01,06,15), E:1 112(Kj) 266(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 23(g) Zsir: 16(g) Cuk: 1(g) Só:0,07(g) Tel.Zs: 8(g) Ca: 0(mg)	diabetikus csoki nyuszi (07,06,15), E: 891(Kj) 213(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 17(g) Zsir: 15(g) Cuk: 0(g) Só:0,02(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)
Ebéd	csurgatott tésztaleves (09,03,01), temesvári sertéstokány, tészta (01,03), almapaprika, E:2 635(Kj) 630(KCal) F: 46(g) Kol: 94(g) Sz: 67(g) Zsir: 19(g) Cuk: 0(g) Só:1,73(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 90(mg)	sertésraguleves (09,01,03,10), káposztás tészta (01,03), E:1 901(Kj) 455(KCal) F: 28(g) Kol: 48(g) Sz: 60(g) Zsir: 19(g) Cuk: 0(g) Só:4,02(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 73(mg)	burgonyagombóc leves (01,09), sült virsli, spenót főzelék (01,07), félbarna kenyér (01), E:2 751(Kj) 658(KCal) F: 30(g) Kol: 86(g) Sz: 56(g) Zsir: 62(g) Cuk: 0(g) Só:9,29(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 540(mg)	kertészleves (01,09,03), rakott brokkoli (03,07), E:2 308(Kj) 552(KCal) F: 32(g) Kol: 48(g) Sz: 50(g) Zsir: 34(g) Cuk: 0(g) Só:1,62(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 273(mg)	halászlé, tojásos nokedli (01,03), fejes saláta (15), E:1 999(Kj) 478(KCal) F: 31(g) Kol: 0(g) Sz: 54(g) Zsir: 14(g) Cuk: 0(g) Só:20,78(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 69(mg)	rizsleves (01,09), baromfi vagdalt (01,06), sárgarépa-főzelék (01,03,09,10), félbarna kenyér (01), 0(g) Sz: 72(g) Zsir: 15(g) Cuk: 6(g)	csontleves (09,01,03,10), töltött csirkecomb (01,03), majonézes burgonyasaláta (07,03,10,12), E:4 584(Kj) 1 097(KCal) F: 78(g) Kol:223(g) Sz: 59(g) Zsir: 57(g) Cuk: 3(g) Só:6,81(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 188(mg)
	diabetikus keksz (01,03,06,08,15), E: 439(Kj) 105(KCal) F: 2(g) Kol: 0(g) Sz: 14(g) Zsir: 5(g) Cuk: 0(g) Só:0,12(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 0(mg)	diabetikus nápolyi (01,06,15), E:1 112(Kj) 266(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 23(g) Zsir: 16(g) Cuk: 1(g) Só:0,07(g) Tel.Zs: 8(g) Ca: 0(mg)	alma kompót (15,12), E: 147(Kj) 35(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 8(g) Zsir: 0(g) Cuk: 1(g) Só:0,26(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 6(mg)	gyümölcs, E: 226(Kj) 54(KCal) F: 1(g) Kol: 0(g) Sz: 12(g) Zsir: 0(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 28(mg)	alma kompót (15,12), E: 147(Kj) 35(KCal) F: 0(g) Kol: 0(g) Sz: 8(g) Zsir: 0(g) Cuk: 1(g) Só:0,26(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 6(mg)	sós keksz (01,11,03), E: 603(Kj) 144(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 0(mg)	sós keksz (01,11,03), E: 603(Kj) 144(KCal) F: 3(g) Kol: 0(g) Sz: 19(g) Zsir: 6(g) Cuk: 0(g) Só:0,00(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 0(mg)
Vacs	gyümölcsstea cukor nélkül (12), párizsi felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), tv.paprika,	gyümölcsstea cukor nélkül (12), löncs felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01),	gyümölcsstea cukor nélkül (12), formázott pulykamell sonka (06), margarin (07), félbarna kenyér (01), kigyóuborka,	gyümölcsstea cukor nélkül (12), vajkrém (07), félbarna kenyér (01), lilahagyma,	gyümölcsstea cukor nélkül (12), olasz felvágott, margarin (07), félbarna kenyér (01), kigyóuborka,	gyümölcsstea cukor nélkül (12), pizzasonka felvágott, sajtkrém (07), félbarna kenyér (01), tv.paprika,	gyümölcsstea cukor nélkül (12), sajtos párizsi felvágott (07), margarin (07), félbarna kenyér (01),

ra	E:1 649(Kj) 394(KCal) F: 15(g) Kol: 0(g) Sz: 42(g) Zsir: 18(g) Cuk: 0(g) Só:2,54(g) Tel.Zs: 6(g) Ca: 116(mg)	E:1 798(Kj) 430(KCal) F: 16(g) Kol: 66(g) Sz: 37(g) Zsir: 23(g) Cuk: 0(g) Só:2,66(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 28(mg)	E:1 279(Kj) 306(KCal) F: 18(g) Kol: 0(g) Sz: 39(g) Zsir: 8(g) Cuk: 0(g) Só:2,90(g) Tel.Zs: 2(g) Ca: 46(mg)	E:1 516(Kj) 363(KCal) F: 9(g) Kol: 0(g) Sz: 43(g) Zsir: 16(g) Cuk: 1(g) Só:1,40(g) Tel.Zs: 11(g) Ca: 20(mg)	E:1 848(Kj) 442(KCal) F: 17(g) Kol: 66(g) Sz: 38(g) Zsir: 23(g) Cuk: 0(g) Só:2,66(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 40(mg)	E:1 806(Kj) 432(KCal) F: 22(g) Kol:101(g) Sz: 42(g) Zsir: 18(g) Cuk: 0(g) Só:2,64(g) Tel.Zs: 0(g) Ca: 475(mg)	E:1 635(Kj) 391(KCal) F: 18(g) Kol: 45(g) Sz: 36(g) Zsir: 18(g) Cuk: 0(g) Só:2,60(g) Tel.Zs: 1(g) Ca: 200(mg)
----	---	---	---	--	---	--	--

01=Glutén,02=Rákfélék,03=Tojás,04=Halak,05=Földimogyoró,06=Szójabab,07=Tej,08=Diófélék,09=Zeller,10=Mustár,11=Szezám,12=Kén-dioxid,13=Csillagfűrt,14=Puhatestűek,15=Édesítő,

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk !

Élelmezésvezető