Biogastro Kft.

Étlap

2023-05-22 - 2023-05-28

Menü	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tízórai	Citromos tea(12), Margarin, Sajtos kifli(1,7) energia: 246kcal zsír: 12,1g tel.zsírsav: 0g fehérje: 7,7g szénhidrát: 40,3g só: 0,3g	Gyümölcstea, Tojáskrém(3,10), Félbarna kenyér(1), Uborka energia: 212kcal zsír: 4,9g tel.zsírsav: 1,2g fehérje: 7,5g szénhidrát: 33,9g só: 0,7g	Citromos tea(12), TK korpás kenyér(1), Kenőmájas energia: 249kcal zsír: 5,9g tel.zsírsav: 2,5g fehérje: 8,1g szénhidrát: 40,1g só: 0,8g	Lekvár, Margarin, Félbarna kenyér(1), Tej(7) energia: 270kcal zsír: 10,7g tel.zsírsav: 1,2g fehérje: 10,4g szénhidrát: 47,2g só: 0,4g	Gyümölcstea, Joghurtos tonhalkrém(4,6,7,10,12), TK graham kenyér(1) energia: 199kcal zsír: 2,2g tel.zsírsav: 1g fehérje: 9,9g szénhidrát: 34,3g só: 0,5g
	Erdélyi húsleves csirkéből(1,7,9), Kagylótészta(1), Tejberizs(7), Kakaó szórat energia: 502kcal zsír: 11,7g tel.zsírsav: 4g fehérje: 20,8g szénhidrát: 77,1g só: 1,5g	Almaleves(1,7,12), Zöldfűszeres sült csirkecomb (alsó)(9), Petrezselymes burgonya, Savanyúság (é.sz.) energia: 542kcal zsír: 23,5g tel.zsírsav: 3,7g fehérje: 20,8g szénhidrát: 59,8g só: 2,3g	Lebbencsleves zöldséggel(1,9), Rozmaringos sertésapró(9), Paradicsomos káposztafőzelék(1), Félbarna kenyér(1), Gyümölcs energia: 531kcal zsír: 24,9g tel.zsírsav: 6,1g fehérje: 18,9g szénhidrát: 56,5g só: 2g	Nyírségi galuskaleves(1,3,7,9), Hentestokány csirkéből(1,6), Párolt bulgur(1) energia: 486kcal zsír: 18,8g tel.zsírsav: 2,6g fehérje: 22,6g szénhidrát: 58,2g só: 2,7g	Zöldségleves virágáruslány módra(9), Spagetti tészta(1), Bolognai szósz, Sajtszórat(7) energia: 464kcal zsír: 19,7g tel.zsírsav: 2,2g fehérje: 20g szénhidrát: 49,8g só: 1,6g
Uzsonna	Szalámi csemege, Margarin, TK kenyér(1), Jégcsapretek energia: 188kcal zsír: 13,1g tel.zsírsav: 0g fehérje: 7,7g szénhidrát: 24,2g só: 0,6g	Pogácsa(1,7) energia: 230kcal zsír: 11g tel.zsírsav: 0g fehérje: 11g szénhidrát: 20g só: 0,5g	Szelet sajt(7), Margarin, Zsemle(1) energia: 222kcal zsír: 13,6g tel.zsírsav: 3,4g fehérje: 10,2g szénhidrát: 29g só: 0,6g	Libazsír, Teljes kiőrlésű zsemle(1), Lilahagyma energia: 223kcal zsír: 10,7g tel.zsírsav: 3g fehérje: 5,5g szénhidrát: 26,1g só: 0,2g	Sárgarépa hasáb, Kockasajt(7), Kifli(1) energia: 189kcal zsír: 3,7g tel.zsírsav: 0,1g fehérje: 7g szénhidrát: 32g só: 0,8g

1. Glutént tartalmazó gabona
2. Rákfélék és azokból készült termékek
3. Tojás és abból készült termékek
4. Halak és azokból készült termékek
5. Földimogyoró és abból készült termékek
6. Szójabab és abból készült termékek
7. Tej és abból készült termékek
8. Diófélék
9. Zeller és abból készült termékek
10. Mustár és abból készült termékek
11. Szezámmag és abból készült termékek
12. Kén-dioxid
13. Puhatestűek
14. Csillagfürt