



Gino konyhája Kft.
Adószám: 25736308-2-07
Gino Konyhája
Menü: **Hantos felnőtt**

Étlap

40 hét (2023-10-01 - 2023-10-31)

Korosztály: **Felnőtt (19-69 év)**

Étkezés	Hétfő 2023.07.03.	Kedd 2023.07.04.	Szerda 2023.07.05.	Csütörtök 2023.07.06.	Péntek 2023.07.07.
Ebéd	<ul style="list-style-type: none">Karfiol krémleves {1!, 7!, 12!}Zöldséges csirkemell risotto {7!, 12!}	<ul style="list-style-type: none">Tarhonyaleves ²Burgonyapüré {7!}Vagdalszelet sertéshúsból {1!, 3!}	<ul style="list-style-type: none">Erőleves {1!, 3!, 9!}Főtt sertéshúsParadicsomos káposzta főzelék {1!}	<ul style="list-style-type: none">Bableves (magyaros) {1!, 7!}Grízes tészta {1!}sárgabarack dzsem ²	<ul style="list-style-type: none">Zöldségleves {1!, 3!, 9!}SertéspörköltPárolt bulgur
Élettani értékek összesítve	<p>energia (Joule): 2968.6650 kJ, energia (kalória): 709.0560 kcal; zsír: 24.1530 g; zsírsav: 18.9380 g; szénhidrát: 80.9460 g; cukor: 4.4500 g; só: 1.5960 g; kalcium: 199.6400 mg; koleszterin: 59.4000 mg; fehérje (össz): 41.6390 g; tejkalcium: 183.9000 mg</p>	<p>energia (Joule): 3313.7550 kJ, energia (kalória): 791.4780 kcal; zsír: 36.2460 g; zsírsav: 25.5320 g; szénhidrát: 83.2400 g; cukor: 2.2520 g; só: 2.7880 g; kalcium: 60.0700 mg; fehérje (össz): 30.7080 g</p>	<p>energia (Joule): 2744.8760 kJ, energia (kalória): 655.6030 kcal; zsír: 28.1740 g; zsírsav: 14.9730 g; szénhidrát: 62.5410 g; cukor: 41.8640 g; só: 1.8480 g; kalcium: 452.8500 mg; fehérje (össz): 34.2360 g</p>	<p>energia (Joule): 4495.2870 kJ, energia (kalória): 1073.6820 kcal; zsír: 18.9060 g; zsírsav: 9.0560 g; szénhidrát: 184.8020 g; cukor: 0.6830 g; só: 1.0020 g; kalcium: 6.4300 mg; koleszterin: 24.8000 mg; fehérje (össz): 37.7500 g</p>	<p>energia (Joule): 3422.7240 kJ, energia (kalória): 817.5050 kcal; zsír: 38.8920 g; zsírsav: 25.3500 g; szénhidrát: 84.0320 g; cukor: 5.7180 g; só: 1.6420 g; kalcium: 30.0000 mg; koleszterin: 60.0000 mg; fehérje (össz): 35.9000 g</p>
1	Glutén tartalmozó gabona és azokból készült termékek	2	Rákfélék és azokból készült termékek	4	Halak és azokból készült termékek
6	Szójabab és abból készült termékek	7	Tej és abból készült termékek (beleértve a laktózt is)	9	Zeller és abból készült termékek
11	Szézám és abból készült termékek	12	Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfitek	14	Puhatestűk és a belőük készült termékek
3	Tojás és abból készült termékek	8	Diófélék és azokból készült termékek		
10	Földimogyoró és abból készült termékek				

Ápolásvezető

Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!