



Gino konyhája Kft.

Adószám: 25736308-2-07

Gino Konyhája

Menü: **Hantos felnőtt**

11. hét (2024-03-11 - 2024-03-17)

Étlap

Korosztály: **Felnőtt (19-69 év)**

Étkezés	Hétfő 2024.03.12.	Kedd 2024.03.13.	Szerda 2024.03.14.	Csütörtök 2024.03.15.	Péntek 2024.03.16.				
Ebéd	<ul style="list-style-type: none">Zellerleves {1!, 9!}Bolognai spagetti durum tésztából {1!, 3!} <p>energia (Joule): 3182.3000 kJ; energia (kalória): 760.0800 kcal; zsír: 41.1920 g; zsírsav: 4.5390 g; szénhidrát: 67.3540 g; cukor: 3.3050 g; só: 1.0970 g; kalcium: 54.4000 mg; fehérje (össz): 30.1240 g</p>	<ul style="list-style-type: none">Karfiolleves (magyaros) {1!, 3!}Rántott sajt {1!, 3!, 7!}Burgonyapüré {7!} <p>energia (Joule): 3868.8820 kJ; energia (kalória): 924.0660 kcal; zsír: 44.4780 g; zsírsav: 40.1130 g; szénhidrát: 101.0590 g; cukor: 7.9520 g; só: 3.0040 g; kalcium: 324.5000 mg; fehérje (össz): 30.0380 g; tejkalcium: 287.5000 mg</p>	<ul style="list-style-type: none">Tojásleves {1!, 3!}Tarhonyáshús <p>energia (Joule): 3118.0900 kJ; energia (kalória): 744.7450 kcal; zsír: 32.7710 g; zsírsav: 19.9480 g; szénhidrát: 75.2100 g; cukor: 0.1200 g; só: 0.9780 g; kalcium: 26.9000 mg; fehérje (össz): 36.7630 g</p>	<ul style="list-style-type: none">Erőleves {1!, 3!, 9!}Pírtott dara {1!}Főtt sertéshúsMeggy mártás {1!, 7!} <p>energia (Joule): 3882.2960 kJ; energia (kalória): 927.2700 kcal; zsír: 33.0800 g; zsírsav: 16.3560 g; szénhidrát: 112.9630 g; cukor: 14.4890 g; só: 1.3610 g; kalcium: 100.7700 mg; fehérje (össz): 39.6170 g; tejkalcium: 50.3000 mg</p>					
Élettani értékek összesítve	<p>energia (Joule): 3182.3000 kJ energia (kalória): 760.0800 kcal zsír: 41.1920 g zsírsav: 4.5390 g szénhidrát: 67.3540 g cukor: 3.3050 g só: 1.0970 g kalcium: 54.4000 mg fehérje (össz): 30.1240 g</p>	<p>energia (Joule): 3868.8820 kJ energia (kalória): 924.0660 kcal zsír: 44.4780 g zsírsav: 40.1130 g szénhidrát: 101.0590 g cukor: 7.9520 g só: 3.0040 g kalcium: 324.5000 mg fehérje (össz): 30.0380 g tejkalcium: 287.5000 mg</p>	<p>energia (Joule): 3118.0900 kJ energia (kalória): 744.7450 kcal zsír: 32.7710 g zsírsav: 19.9480 g szénhidrát: 75.2100 g cukor: 0.1200 g só: 0.9780 g kalcium: 26.9000 mg fehérje (össz): 36.7630 g</p>	<p>energia (Joule): 3882.2960 kJ energia (kalória): 927.2700 kcal zsír: 33.0800 g zsírsav: 16.3560 g szénhidrát: 112.9630 g cukor: 14.4890 g só: 1.3610 g kalcium: 100.7700 mg fehérje (össz): 39.6170 g tejkalcium: 50.3000 mg</p>					
1	Glutént tartalmazó gabona és azokból készült termékek	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 (belátva a laktózt is)	8	Diófélék és azokból készült termékek	9	Zeller és abból készült termékek	10	Mustár és abból készült termékek
11	Szézámog és abból készült termékek	12	Kén-dioxid és SO2-ben kifejezett szulfidok	13	Csillegfűt és a belőle készült termékek	14	Puhatestűek és a belőlük készült termékek		

Ápolásvezető

Dietetikus

Szakács

Élelmezésvezető

Étlap változtatás jogát fenntartjuk!