



Heti étlap 2019.02.18. - 2019.02.22.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Csontleves L. , Parad.mártás csir.hús.L.É.	Gulyásleves diab.Glutén M., Tejberizs Rizstejjel fahéjjal	Almaleves L.T.M., Tarhonyáshús Toj m.Pulykából, Uborka saláta	Zeller leves L.M., Párolt csirkemell, Vegy. gyüm.mártás"mir L.É.	Tárkonyos p. raguleves LisztM., Morzsásmetélt L.É.										
		Energia: 530,76 Kcal / 2 218,58 Kj		Energia: 658,65 Kcal / 2 753,16 Kj		Energia: 626,31 Kcal / 2 617,98 Kj		Energia: 390,79 Kcal / 1 633,50 Kj		Energia: 664,07 Kcal / 2 775,81 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		31,18 g	12,49 g	1,36 g	20,06 g	28,29 g	8,30 g	23,77 g	12,86 g	3,15 g	27,46 g	5,41 g	0,88 g	22,10 g	14,80 g	3,05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72,59 g	20,98 g	2,52 g	80,05 g	19,98 g	0,46 g	103,26 g	14,99 g	0,67 g	56,27 g	20,00 g	0,53 g	108,71 g	0,75 g	0,93 g		





Heti étlap 2019.02.18. - 2019.02.22.

..... Élelmezésvezet Gyovai Gáspárné Intézmény vezet Pintér Józsefné Dietetikus Zsoldos Zsófia
--	---	---------------------------------------

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

