



Heti étlap 2019.03.25. - 2019.03.29.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00155) Gluténmentes Óvoda	Brokkoli leves Glutén M., Csirkepapr.comb filéből, Uborka saláta, Tarhonya köret A.M.			Palócleves **L.É., Mákos metélt LÉ.			Parajfőzelék *mir.* LÉ., Sült csirkecomb A.M., Burgonyaleves LÉ.			Piritott tésztaleves**LÉ., Natur halszelet Gluténmentes, Sárgarépás pár.rizs, Almakompót			Csirkegulyás LÉ., Káposztás kocka L.É., Banán		
		Energia: 525,31 Kcal / 2 195,80 KJ			Energia: 527,12 Kcal / 2 203,36 KJ			Energia: 537,87 Kcal / 2 248,30 KJ			Energia: 526,32 Kcal / 2 200,02 KJ			Energia: 528,89 Kcal / 2 210,76 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		24,39 g	12,83 g	2,10 g	14,72 g	21,34 g	5,53 g	36,06 g	15,38 g	1,90 g	5,80 g	15,41 g	1,83 g	17,54 g	4,00 g	0,60 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76,62 g	3,80 g	1,12 g	67,78 g	6,29 g	0,22 g	59,92 g	17,80 g	0,78 g	91,14 g	16,58 g	0,08 g	103,51 g	4,75 g	0,42 g		
3,6,9,(12)			(12)			9			9,(1),(6),(7),(8),(12)							





Heti étlap 2019.03.25. - 2019.03.29.

.....
Gyovai Gáspárné Pintér Józsefné Zsoldos Zsófia
Élelmezés vezet Intézmény vezet Dietetikus

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

