



### Heti étlap 2019.03.04. - 2019.03.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M</b>	Brokkoli leves Glutén M., Pulyka aprópecsenye, Tészta kör.gluténm. LÉ., Almakompót A.M.			Vegyes gyüm.leves LÉ.**, Paprikásburgonya pulyk. hússal, Vágott vegy.sav.			Bazsalikomos zöldségleves LÉ, Sült csirkecomb , Párolt rizsköret , Párolt zöldség			Piritott tésztaleves**LÉ., Párolt csirkemell, Zöldborsófőzelék LÉ.			Marhagulyás Liszt M., Káposztás kocka L.É., Körte		
		Energia: 520,08 Kcal / 2 173,93 KJ			Energia: 521,15 Kcal / 2 178,41 KJ			Energia: 525,69 Kcal / 2 197,38 KJ			Energia: 524,88 Kcal / 2 194,00 KJ			Energia: 530,62 Kcal / 2 217,99 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		21,69 g	13,97 g	3,21 g	22,39 g	15,70 g	3,36 g	33,45 g	15,80 g	2,92 g	37,49 g	14,61 g	1,72 g	14,94 g	11,76 g	2,95 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
76,86 g	10,49 g	0,79 g	71,94 g	19,97 g	1,54 g	61,59 g	0,77 g	0,82 g	59,71 g	7,74 g	0,28 g	89,70 g	4,61 g	1,50 g		
9,(12)			(12)			9,(1),(6),(7),(8),(12)			9,(12)			9,(1)				





## Heti étlap 2019.03.04. - 2019.03.08.

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

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

