



Heti étlap 2019.03.18. - 2019.03.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00155) Gluténmentes Óvoda</b>	Zöldségleves L.É., Húsoskáposzta (friss) L.É.			Becsinált lev s.húsból Glut.M., Morzsásmetélt L.É., Alma			Csontleves L.É. , Zöldbabfőzelék L.É., Pulyka aprópecsenye			Burgonyaleves L.É., Natúr sertésszelet L.É., Párolt petr.rizs , Uborka saláta			Húsos spagetti Glutén M., Karfiolleves L.É.		
		Energia: 526,50 Kcal / 2 200,77 KJ			Energia: 524,35 Kcal / 2 191,78 KJ			Energia: 527,03 Kcal / 2 202,99 KJ			Energia: 576,24 Kcal / 2 408,68 KJ			Energia: 531,99 Kcal / 2 223,72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20,23 g	30,59 g	8,45 g	14,43 g	10,72 g	1,90 g	28,34 g	19,39 g	4,06 g	32,19 g	22,22 g	4,74 g	21,28 g	13,07 g	2,88 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		41,25 g	0,75 g	0,48 g	104,50 g	0,48 g	0,70 g	58,67 g	7,45 g	1,04 g	100,75 g	3,00 g	1,59 g	80,65 g	1,00 g	0,49 g
(12)			(12)			9,(12)			9,(12)			9				





## Heti étlap 2019.03.18. - 2019.03.22.

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

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

