



Heti étlap 2019.04.08. - 2019.04.12.

| | | hétfő | | | kedd | | | szerda | | | csütörtök | | | péntek | | |
|-------------|---|---|-------------|--------|------------------------------------|--------------|--------|--|---------|---------|--|---------|--------|---|---------|--------|
| Ebéd | (00155) Glutén,szója,citr om Óvoda | Csirke aprólék leves Glutén.M, Zöldséges csirkeragu L., Párolt petr.rizs | | | Marhagulyás Liszt M., Tejberizs | | | Zeller leves L.M., Párolt csirkemell, Burgonyafőzelék L.É. | | | Vegyes gyüm.leves LÉ.**; Pulyka aprópecsenye, Párolt zöldség , Párolt petr.rizs | | | Tárkonyos p. raguleves LisztM., Diósmetélt L.É., Alma 27% | | |
| | | Energia: 524,51 Kcal / 2 192,45 KJ | | | Energia: 520,21 Kcal / 2 174,48 KJ | | | Energia: 528,39 Kcal / 2 208,67 KJ | | | Energia: 521,10 Kcal / 2 178,20 KJ | | | Energia: 525,46 Kcal / 2 196,42 KJ | | |
| | | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír | Fehérje | Zsír | T.Zsír |
| | | 40,10 g | 9,64 g | 1,86 g | 18,85 g | 18,14 g | 5,67 g | 37,92 g | 10,21 g | 1,44 g | 22,57 g | 13,12 g | 3,33 g | 16,61 g | 15,26 g | 2,66 g |
| | | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só | Szénhidrát | Cukor | Só |
| 68,42 g | 0,80 g | 1,12 g | 70,82 g | 6,10 g | 1,95 g | 68,96 g | 0,00 g | 1,06 g | 77,26 g | 15,98 g | 1,67 g | 79,90 g | 3,70 g | 0,41 g | | |
| 9,10,(12) | | | 6,9,(1),(7) | | | 7,9,(1),(12) | | | (12) | | | 8,9 | | | | |





Heti étlap 2019.04.08. - 2019.04.12.

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

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

