



Heti étlap 2019.05.13. - 2019.05.17.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00155) Glutén,szója,citrom Óvoda	Brokkoli leves Glutén M., Uborka saláta, Tarhonya köret L., Sertés pörkölt			Palócleves **L.É., Tejberizs Rizstejjel fahéjjal			Parajfőzelék *mir.* LÉ., Burgonyaleves LÉ., Pulyka aprópecsenye			Piritott tésztaleves**LÉ., Natur halszelet Gluténmentes, Sárgarépás pár.rizs, Almakompót			Csirkegulyás LÉ., Káposztás kocka L.É., Banán		
		Energia: 529,73 Kcal / 2 214,27 KJ			Energia: 527,76 Kcal / 2 206,04 KJ			Energia: 529,64 Kcal / 2 213,90 KJ			Energia: 522,82 Kcal / 2 185,39 KJ			Energia: 528,89 Kcal / 2 210,76 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		16,35 g	26,11 g	6,48 g	13,31 g	18,22 g	4,78 g	21,61 g	19,06 g	3,58 g	13,33 g	11,33 g	1,33 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
56,24 g	3,70 g	1,73 g	76,90 g	18,73 g	0,20 g	64,37 g	15,82 g	0,97 g	66,57 g	10,36 g	0,07 g	103,51 g	4,75 g	0,42 g		
3,9,(12)			(12)			9			9,(1),(6),(7),(8),(12)							





Heti étlap 2019.05.13. - 2019.05.17.

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

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

