



Heti étlap 2019.09.16. - 2019.09.20.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M</b>	Zöldségleves LÉ., Rizseshús sertéshúsból, Csemege uborka			Gulyásleves GluténM., Darásmetélt**L.É., Alma 27%			Paradicsom leves LÉ., Rántott hal Gluténmentes, Tört burgonya , Csemege uborka			Rántott leves **L.É., Fűszeres pulykamell**, Cseresznye mártás mir.L.M.			Becsinált lev s.húsból Glut.M., Mákos metélt LÉ., Körte		
		Energia: 526,43 Kcal / 2 200,48 Kj			Energia: 524,31 Kcal / 2 191,62 Kj			Energia: 521,40 Kcal / 2 179,45 Kj			Energia: 526,82 Kcal / 2 202,11 Kj			Energia: 522,47 Kcal / 2 183,92 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		24,67 g	17,78 g	3,93 g	9,17 g	11,65 g	2,70 g	15,94 g	18,14 g	1,88 g	19,83 g	19,34 g	3,79 g	14,09 g	14,21 g	3,03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
65,43 g	0,60 g	1,26 g	95,48 g	23,13 g	1,52 g	43,87 g	4,30 g	0,71 g	67,36 g	14,38 g	2,57 g	82,86 g	6,97 g	0,30 g		
9,(1),(12)			3,9,(12)			3,9,(12)			1,(12)			(12)				





## Heti étlap 2019.09.16. - 2019.09.20.

.....	.....	.....
Élelmezés vezet	Intézmény vezető	Dietetikus
Gyovai Gáspárné	Pintér Józsefné	Kotsmánné

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

