



Heti étlap 2019.09.23. - 2019.09.27.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M</b>	Almaleves LÉ., Tarhonyásh. Glut. M., Cékla csík			Rakott cukkini , Zöldségleves LÉ.			Zöldbabfőzelék LÉ., Sült csirkecomb , Marhahús leves Glut M.			Burgonyaleves LÉ., Párolt petr.rizs , Pulyka aprópecsenye, Friss csalamádé			Húsos spagetti Glutén M., Frankfurteri leves GlutM.FűszerS, Szőlő		
		Energia: 524,64 Kcal / 2 193,00 KJ			Energia: 522,39 Kcal / 2 183,59 KJ			Energia: 529,02 Kcal / 2 211,30 KJ			Energia: 524,26 Kcal / 2 191,41 KJ			Energia: 528,49 Kcal / 2 209,09 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20,70 g	9,45 g	2,34 g	20,99 g	31,54 g	10,18 g	37,16 g	24,91 g	5,19 g	30,10 g	16,38 g	4,32 g	26,18 g	14,68 g	1,98 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
87,95 g	15,98 g	0,46 g	36,50 g	0,75 g	1,47 g	38,07 g	5,42 g	0,83 g	63,39 g	4,00 g	1,45 g	72,29 g	0,00 g	0,43 g		
3			1,7			9,(1),(6),(7),(8),(12)			9			(12)				





## Heti étlap 2019.09.23. - 2019.09.27.

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

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!

