



### Heti étlap 2019.11.04. - 2019.11.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M</b>	Lebbencs leves L.É., Húsoskáp.(fri.ká.)L.tej m..			Palócleves **L.É., Tejbedara L.m.T.m., Alma 27%			Rántott leves **L.É., Pulykacomb filé sültve , Parajfőzelék L.Tm.			Zeller leves L.M., Petrezselymes burg., Almakompót, Natur halszelet Gluténmentes			Csirkegulyás L.É., Morzsásmetélt L.É.		
		Energia: 522,41 Kcal / 2 183,67 KJ			Energia: 529,88 Kcal / 2 214,90 KJ			Energia: 527,37 Kcal / 2 204,41 KJ			Energia: 523,38 Kcal / 2 187,73 KJ			Energia: 529,07 Kcal / 2 211,51 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		19,41 g	30,04 g	8,07 g	14,10 g	18,88 g	4,73 g	26,57 g	23,59 g	4,93 g	15,74 g	7,96 g	0,82 g	20,07 g	4,84 g	0,76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
42,36 g	0,68 g	0,30 g	76,92 g	21,74 g	0,55 g	48,76 g	3,84 g	0,95 g	66,73 g	15,98 g	0,59 g	99,61 g	0,00 g	0,67 g		
9,(12)			(1),(12)			7,15,(12)			1,3,7,9,(12)							





## Heti étlap 2019.11.04. - 2019.11.08.

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

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!  
Zsófia

