



## Heti étlap 2019.11.25. - 2019.11.29.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
<b>Ebéd</b>	<b>(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M</b>	Fahéjas szilva leves Glut M., Rizseshús sertéshúsból, Csemege uborka			Sárgaborsó Gulyás A.M pulyk.h., Darásmetélt**L.É.			Paradicsom leves L.É., Rántott hal Gluténmentes, Petrezselymes burg., Csemege uborka			Rántott leves **L.É., Zöldborsós pulykaragu, Tészta köret Liszt mentes			Marhagulyás Liszt M., Mákos metélt L.É., Alma 27%			
		Energia: 522,53 Kcal / 2 184,18 Kj			Energia: 524,83 Kcal / 2 193,79 Kj			Energia: 528,30 Kcal / 2 208,29 Kj			Energia: 529,89 Kcal / 2 214,94 Kj			Energia: 525,34 Kcal / 2 195,92 Kj			
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	
		15,73 g	21,89 g	6,25 g	18,85 g	10,00 g	1,96 g	15,55 g	16,70 g	1,70 g	22,38 g	21,12 g	4,10 g	10,24 g	13,05 g	2,58 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
64,65 g	7,99 g	1,06 g	89,09 g	18,85 g	1,60 g	50,90 g	8,59 g	0,75 g	61,62 g	0,00 g	0,71 g	92,15 g	8,79 g	1,29 g			
			9,(1),(12)			(12)			3,9,(1),(12)			1,(12)			9,(1)		

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

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!





Heti étlap 2019.11.25. - 2019.11.29.

