



Heti étlap 2019.12.02. - 2019.12.06.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Zöldborsóleves *mir.*L.É., Tarhonyásh. Glut. M., Cékla csík	Burgonyaleves L.É., Rakott káposzta L.É.	Csontleves L. , Sült csirkecomb A.M., Vegy. gyüm.mártás"mir L.É.	Párolt petr.rizs , Pulyka aprópecsenye, Becsinált leves **L.M., Csemege uborka	Frankfurti leves GlutM.FűszerS, Tejberizs Rizstejjel fahéjjal, Múzli gyüm. A.M.(glut.-tej m.										
		Energia: 527,83 Kcal / 2 206,33 KJ		Energia: 525,30 Kcal / 2 195,75 KJ		Energia: 521,71 Kcal / 2 180,75 KJ		Energia: 527,19 Kcal / 2 203,65 KJ		Energia: 526,35 Kcal / 2 200,14 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		24,43 g	11,16 g	2,47 g	18,84 g	26,46 g	6,71 g	39,52 g	7,06 g	0,81 g	29,76 g	23,90 g	6,59 g	14,04 g	17,56 g	0,83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
80,19 g	0,60 g	0,92 g	52,21 g	0,00 g	1,78 g	73,35 g	22,47 g	0,65 g	47,53 g	0,00 g	1,88 g	75,04 g	21,99 g	0,13 g		
3,9			9,(12)			3,9,(12)			(12)			(12)				

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

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!





Heti étlap 2019.12.02. - 2019.12.06.

