



Heti étlap 2020.02.10. - 2020.02.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Csontleves L.É. , Par.mártás Pulykahússal **L.M.			Csirkegulyás LÉ., Darásmetélt**L.É.			Zöldségleves LÉ., Sertés pörkölt L.É., Kelkáposzta főzelék **LÉ.			Vegyes gyümle.*mir.**L.É., Roston csirkemell L. É., Rizibizi, Uborka saláta			Karfiolleves Mir. L.É., Paprikás burg. Pulykah., Cékla saláta**		
		Energia: 527,80 Kcal / 2 206,20 KJ			Energia: 526,78 Kcal / 2 201,94 KJ			Energia: 523,56 Kcal / 2 188,48 KJ			Energia: 520,62 Kcal / 2 176,19 KJ			Energia: 524,32 Kcal / 2 191,66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		26,62 g	16,91 g	3,98 g	16,38 g	5,94 g	0,83 g	22,26 g	31,92 g	8,25 g	26,59 g	6,26 g	2,71 g	22,42 g	16,81 g	3,36 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
66,54 g	22,38 g	0,98 g	100,73 g	28,62 g	1,65 g	35,97 g	0,60 g	0,85 g	88,16 g	14,39 g	1,77 g	69,07 g	12,47 g	2,52 g		
9,(12)			(12)						(1),(6),(7),(8),(12)			9,(12)				





Heti étlap 2020.02.10. - 2020.02.14.

.....
Igazgató Élelmezésvezet Dietetikus
Pintér Józsefné Gyovai Gáspárné Kotymánné Zs.Zsófia

