



Heti étlap 2020.02.03. - 2020.02.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Brokkoli leves Glutén M., Csirkpapr.comb filéből, Tészta köret Liszt mentes, Uborka saláta			Palócleves **L.É., Tejbendara Kukoricadarával LÉ., Alma 27%			Almaleves L.T.M., Pulykacomb filé sültve , Burgonyafőzelék L.É.			Zöldségleves LÉ., Natur halszelet Gluténmentes, Párolt rizs , Káposzta saláta A.M.			Csirke ragulevesL.É., Morzsásmetélt L.É.		
		Energia: 528,70 Kcal / 2 209,97 KJ			Energia: 529,04 Kcal / 2 211,39 KJ			Energia: 521,11 Kcal / 2 178,24 KJ			Energia: 528,53 Kcal / 2 209,26 KJ			Energia: 529,81 Kcal / 2 214,61 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		27,43 g	12,84 g	2,23 g	15,99 g	13,01 g	2,41 g	24,06 g	22,03 g	4,39 g	20,69 g	12,76 g	5,44 g	19,30 g	7,25 g	1,10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
74,43 g	3,20 g	0,94 g	86,48 g	24,67 g	0,25 g	56,77 g	9,59 g	0,76 g	80,36 g	2,20 g	0,51 g	95,18 g	0,00 g	1,85 g		
6,9,(12)			(12)			(12)			4,(12)			9				





Heti étlap 2020.02.03. - 2020.02.07.

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

