



Heti étlap 2021.02.08. - 2021.02.12.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Erőleves **L.É., Húsoskáposzta (friss) L.É., Narancs			Bográcsgulyás **L.É., Tejberizs Rizstejjel fahéjjal			Zöldségleves L.É., Tökfőzelék *mir.* L.É., Sült ser.oldalal			Meggyleves L.É., Csirkepörkölt L.É., Főtt burgonya , Uborka saláta			Fejtettbableves Glut.M, Húsos spagetti Glutén M., Mandarin		
		Energia: 523.10 Kcal / 2,186.56 Kj			Energia: 527.31 Kcal / 2,204.16 Kj			Energia: 520.25 Kcal / 2,174.65 Kj			Energia: 526.59 Kcal / 2,201.15 Kj			Energia: 526.06 Kcal / 2,198.93 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		26.94 g	22.10 g	5.19 g	15.53 g	8.72 g	5.33 g	16.59 g	26.02 g	7.66 g	34.17 g	18.06 g	4.51 g	22.35 g	10.63 g	2.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		51.79 g	0.80 g	0.68 g	94.72 g	20.54 g	0.23 g	52.80 g	8.59 g	0.31 g	55.52 g	8.79 g	1.50 g	83.42 g	0.28 g	0.57 g
9,(12)						7,(1),(12)			9,(1),(12)			9,(12)				





Heti étlap 2021.02.08. - 2021.02.12.

.....

.....

Igazgató

Élelmezésvezet és Dietetikus

Pintér Józsefné

Kotymánné Zs.Zsófia

