



### Heti étlap 2021.02.15. - 2021.02.19.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M</b>	Brokkoli leves Glutén M., Paprikás burg.sert.hússal L.M., Uborka saláta			Csontleves L.É. , Rizibizi, Rántott hal Gluténmentes, Almakompót			Almaleves mir.**L.M., Marhapörkölt Allerg.Mentes, Tészta kör.L.É., Uborka saláta			Gulyásleves GluténM., Káposztás kocka L.É., Banán			Rántott leves **L.É., Roston csirkemell L. É., Zöldborsófőzelék L.É., Alma-körte püré		
		Energia: 524.50 Kcal / 2,192.41 KJ			Energia: 636.48 Kcal / 2,660.49 KJ			Energia: 523.15 Kcal / 2,186.77 KJ			Energia: 525.01 Kcal / 2,194.54 KJ			Energia: 529.09 Kcal / 2,211.60 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		18.43 g	23.30 g	6.14 g	21.62 g	27.85 g	4.76 g	7.03 g	8.19 g	1.14 g	16.11 g	7.00 g	1.17 g	23.55 g	11.15 g	1.26 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
58.67 g	3.20 g	0.64 g	74.11 g	20.78 g	1.21 g	105.98 g	21.38 g	1.34 g	97.37 g	6.09 g	0.56 g	84.35 g	5.24 g	1.04 g		
<b>(12)</b>			<b>3,4,9,(1)</b>			<b>(12)</b>			<b>3</b>			<b>(12)</b>				





## Heti étlap 2021.02.15. - 2021.02.19.

.....

.....

Igazgató

Élelmezésvezet és Dietetikus

Pintér Józsefné

Kotymánné Zs.Zsófia

