



Heti étlap 2021.02.22. - 2021.02.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Tárkonyos zölds. lev. glutén M, Húsos spagetti Glutén M., Narancs			Rántott leves **L.É., Tepsis burgonya , Pulyka aprópecsenye, Uborka saláta			Bableves szárazbabból ** LÉ., Tejberizs Rizstejjel fahéjjal, Alma 27%			Hallé(hamis) **, Párolt rizs , Párolt csirkemell, Uborka saláta			Lebbencs leves LÉ., Kelkáposzta főzelék **LÉ., Sült csirkecomb		
		Energia: 527.13 Kcal / 2,203.40 KJ			Energia: 521.64 Kcal / 2,180.46 KJ			Energia: 521.50 Kcal / 2,179.87 KJ			Energia: 523.33 Kcal / 2,187.52 KJ			Energia: 523.50 Kcal / 2,188.23 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		14.95 g	20.63 g	5.66 g	27.50 g	17.85 g	3.95 g	13.28 g	10.86 g	5.81 g	27.99 g	13.76 g	5.53 g	37.63 g	28.78 g	4.30 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
68.52 g	0.50 g	0.67 g	61.84 g	2.40 g	1.00 g	97.22 g	19.98 g	1.09 g	69.88 g	2.40 g	0.58 g	27.82 g	0.15 g	1.17 g		
(12)			7,(12)			9,(1),(12)						9,(1)				





Heti étlap 2021.02.22. - 2021.02.26.

.....

.....

Igazgató

Élelmezésvezet és Dietetikus

Pintér Józsefné

Kotymánné Zs.Zsófia

