



Heti étlap 2021.04.19. - 2021.04.23.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Bakonyi betyár leves L.M., Húsoskáp.L.M., Alma 27%			Lencseleves Glutén M./pulyka , Tejbendara Kukoricadarával LÉ., Narancs			Lebbencs leves LÉ., Sült tarja, Tökfőzelék *mir.* LÉ.			Csontleves L. , Paprikás burg.sert.hússal L.M., Uborka saláta			Vegyes gyüm.leves LÉ.** , Rizses csirke**, Uborka saláta		
		Energia: 522.45 Kcal / 2,183.84 Kj			Energia: 526.02 Kcal / 2,198.76 Kj			Energia: 520.94 Kcal / 2,177.53 Kj			Energia: 524.79 Kcal / 2,193.62 Kj			Energia: 521.94 Kcal / 2,181.71 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		21.20 g	30.62 g	10.19 g	17.44 g	9.38 g	1.73 g	20.65 g	17.95 g	3.84 g	19.23 g	23.07 g	6.17 g	23.72 g	4.86 g	4.52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
39.94 g	0.15 g	1.04 g	91.58 g	25.57 g	0.28 g	66.85 g	9.63 g	0.47 g	59.29 g	3.34 g	0.56 g	93.79 g	27.08 g	1.82 g		
(1),(12)			9,(12)			7,(1),(12)			3,9			(1),(6),(7),(8),(12)				





Heti étlap 2021.04.19. - 2021.04.23.

.....

Igazgató	Élelmezésvezető és Dietetikus
Pintér Józsefné	Kotymánné Zs.Zsófia

