



Heti étlap 2021.05.03. - 2021.05.07.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Rántott leves **L.É., Húsos spagetti Glutén M., Alma 27%			Sertésraguleves L.É., Tejberizs Rizstejjel fahéjjal			Meggyleves L.É., Sült csirkecomb , Petrezselymes burg., Uborka saláta			Lebbencs leves L.É., Parajfőzelék *mir.* L.É., Sertés apróp.L.M., Alma 27%			Zöldbableves mir. L.É., Tarhonyásh. Glut. M., Uborka saláta		
		Energia: 529.47 Kcal / 2,213.18 Kj			Energia: 521.94 Kcal / 2,181.71 Kj			Energia: 526.41 Kcal / 2,200.39 Kj			Energia: 525.61 Kcal / 2,197.05 Kj			Energia: 526.11 Kcal / 2,199.14 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		14.50 g	20.77 g	5.33 g	14.34 g	19.34 g	7.68 g	38.34 g	19.31 g	3.25 g	17.90 g	28.53 g	7.81 g	16.93 g	24.54 g	6.94 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
70.91 g	0.00 g	0.38 g	71.03 g	14.99 g	0.23 g	48.24 g	8.79 g	1.12 g	47.67 g	10.49 g	0.36 g	58.38 g	4.04 g	2.79 g		
(12)			9			9,(1),(12)						3,7,(1),(6),(8),(12)				





Heti étlap 2021.05.03. - 2021.05.07.

.....
Igazgató Élelmezésvezető és Dietetikus
Pintér Józsefné Kotymánné Zs.Zsófia

