



Heti étlap 2021.06.21. - 2021.06.25.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Vegyes gyüm.leves LÉ.**, Kapros sertés ragu T.M., Párolt petr.rizs			Gulyásleves GluténM., Káposztás kocka L.É., Alma 27%			Piritott tésztaleves**LÉ., Lencsefőzelék **L.É., Reszelt csirkemáj A.M.			Zöldségleves LÉ., Natúr sertésszelet LÉ., Burgonyapüré Tejmentes, Uborka saláta			Rizsleves LÉ., Csirkepörkölt L.É., Tészta kör.L.É., Almakompót		
		Energia: 526.16 Kcal / 2,199.35 KJ			Energia: 521.88 Kcal / 2,181.46 KJ			Energia: 528.12 Kcal / 2,207.54 KJ			Energia: 522.25 Kcal / 2,183.01 KJ			Energia: 526.62 Kcal / 2,201.27 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		15.47 g	19.05 g	9.42 g	16.39 g	8.07 g	1.26 g	31.15 g	23.41 g	4.16 g	17.79 g	25.03 g	6.71 g	31.39 g	21.15 g	5.41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
71.36 g	15.18 g	1.17 g	95.05 g	7.19 g	0.55 g	47.40 g	3.00 g	2.19 g	55.63 g	4.85 g	0.87 g	52.45 g	15.98 g	1.19 g		
(12)			3			7,10,(12)			(12)			9,(12)				





Heti étlap 2021.06.21. - 2021.06.25.

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

