



Heti étlap 2021.06.28. - 2021.07.02.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Zöldségleves L.É., Húsoskáposzta (friss) L.É.			Bableves szárazbabból ** L.É., Morzsásmetélt L.É., Körte			Lebbencs leves L.É., Kelkáposzta főzelék **L.É., Sertés pörkölt L.É.			Erőleves **L.É., Húsos rakott burgonya ** T.M., Uborka saláta			Almaleves mir.**L.M., Rizses csirke**, Káposzta saláta		
		Energia: 521.20 Kcal / 2,178.62 KJ			Energia: 520.21 Kcal / 2,174.48 KJ			Energia: 524.39 Kcal / 2,191.95 KJ			Energia: 525.62 Kcal / 2,197.09 KJ			Energia: 520.52 Kcal / 2,175.77 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28.36 g	20.32 g	4.99 g	15.98 g	12.82 g	2.91 g	19.08 g	30.50 g	8.06 g	19.34 g	24.54 g	6.78 g	24.52 g	4.92 g	4.53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		54.61 g	0.80 g	0.51 g	91.81 g	0.00 g	2.04 g	42.34 g	1.60 g	0.52 g	55.96 g	3.20 g	0.65 g	91.74 g	17.58 g	0.84 g
(12)			9,(1),(12)			9			(1),(6),(7),(8),(12)							





Heti étlap 2021.06.28. - 2021.07.02.

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

