



Heti étlap 2021.07.05. - 2021.07.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Paradicsom leves L.É., Hentestokány L.É., Tészta kör.L.É., Fejes saláta (negyed)*			Csirkebecs.leves **L.É., Burgonyás tészta Lisztérzékeny, Alma 27%			Meggyleves L.É., Petrezselymes burg., Fasirozott L.É., Uborka saláta			Rántott leves **L.É., Rakott karfiol *mir.* L.É.			Tarhonyaleves L.É., Vegyes gy.mártás L.M., Rántott sertésszelet L.É.		
		Energia: 521.83 Kcal / 2,181.25 Kj			Energia: 524.91 Kcal / 2,194.12 Kj			Energia: 525.27 Kcal / 2,195.63 Kj			Energia: 524.07 Kcal / 2,190.61 Kj			Energia: 527.07 Kcal / 2,203.15 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		30.89 g	24.78 g	6.91 g	14.96 g	10.26 g	2.01 g	18.55 g	22.33 g	6.00 g	19.39 g	30.69 g	11.11 g	18.56 g	18.02 g	3.92 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
53.70 g	14.86 g	2.22 g	93.32 g	0.00 g	2.67 g	60.83 g	8.79 g	1.11 g	38.06 g	0.04 g	1.81 g	73.20 g	20.22 g	0.68 g		
9,(12)			7,9,(1),(6),(8),(12)			3,9,(1),(12)			7,(1),(6),(8),(12)			3,(12)				





Heti étlap 2021.07.05. - 2021.07.09.

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

