



Heti étlap 2021.07.26. - 2021.07.30.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Zöldborsóleves *mir.*L.É., Csirkepörkölt L.É., Tészta kör.L.É., Uborka saláta			Legényfogó leves L m, Tejberizs Rizstejjel fahéjjal			Karfiolleves L.É., Tört burgonya *A.M., Sült tarja, Párolt káposzta			Vegyes gyüm.leves L.É.**, Tarhonyásh. Glut. M., Uborka saláta			Sav.sert. leves T.M., Morzsásmetélt L.É.		
		Energia: 521.50 Kcal / 2,179.87 KJ			Energia: 521.07 Kcal / 2,178.07 KJ			Energia: 525.88 Kcal / 2,198.18 KJ			Energia: 526.44 Kcal / 2,200.52 KJ			Energia: 523.38 Kcal / 2,187.73 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		36.15 g	21.17 g	4.94 g	17.46 g	7.56 g	5.00 g	29.95 g	17.63 g	3.37 g	15.86 g	18.42 g	5.53 g	16.65 g	12.66 g	0.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
45.71 g	3.00 g	1.74 g	93.66 g	24.15 g	0.33 g	60.15 g	2.06 g	1.35 g	73.25 g	17.58 g	1.25 g	83.67 g	0.00 g	1.08 g		
			3			9,(12)			3,(12)			1				





Heti étlap 2021.07.26. - 2021.07.30.

.....

Igazgató	Élelmezésvezető és Dietetikus
Pintér Józsefné	Kotymánné Zs.Zsófia

