



Heti étlap 2021.08.30. - 2021.09.03.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Lebbencs leves LÉ., Parajfőzelék *mir.* LÉ., Fasirozott L.É.			Vegyes gyüm.leves LÉ.**, Tarhonyásh. Glut. M., Uborka saláta			Sertésraguleves LÉ., Morzsásmetélt L.É., Alma 27%			Legényfogó leves L m, Zöldséges rizs**, Rántott hal Gluténmentes, Almakompót			Burgonyaleves LÉ., Parad.mártás csir.hús.L.É.		
		Energia: 684.94 Kcal / 2,863.05 Kj			Energia: 526.44 Kcal / 2,200.52 Kj			Energia: 524.06 Kcal / 2,190.57 Kj			Energia: 523.58 Kcal / 2,188.56 Kj			Energia: 524.59 Kcal / 2,192.79 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20.21 g	31.96 g	7.68 g	15.84 g	18.41 g	5.51 g	15.01 g	19.46 g	4.94 g	24.93 g	22.67 g	3.80 g	29.07 g	12.38 g	1.42 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
74.92 g	17.42 g	0.78 g	73.22 g	17.58 g	1.24 g	71.94 g	0.00 g	0.64 g	54.30 g	15.98 g	0.85 g	73.52 g	17.78 g	2.36 g		
3			3,(12)			9			3,4			9,(12)				





Heti étlap 2021.08.30. - 2021.09.03.

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

