

Heti étlap 2022.02.07. - 2022.02.11.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Gyümölcs tea , Felvágott / érzékenyeknek/, Jégcsapretek			Gyümölcs tea , Málna lekvár			Gyümölcs tea , Túrókrém tofuval T.M.			Rizstej, Kukoricapehely /CORN FLAKES/			Gyümölcs tea , Főtt virsli Allergén Mentés		
		Energia: 91.19 Kcal / 381.17 KJ			Energia: 121.27 Kcal / 506.91 KJ			Energia: 211.08 Kcal / 882.31 KJ			Energia: 231.50 Kcal / 967.67 KJ			Energia: 131.96 Kcal / 551.59 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.55 g	2.92 g	0.91 g	0.17 g	0.00 g	0.00 g	23.68 g	0.30 g	0.00 g	3.80 g	2.15 g	0.24 g	9.02 g	6.50 g	0.00 g
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Erőleves **L.É., Húsoskáp.L.M., Múzli gyüm. A.M.(glut.-tej m.			Zöldségleves LÉ., Paprikásburgonya hússal, Uborka saláta			Zöldborsóleves *mir.*L.É., Bolognai spagetti L. , Banán			Frankfurti leves L.M., Sült csirkecomb, Parajfőzelék *mir.* LÉ.			Palóclevés **L.É., Tejberizs Rizstejjel fahéjjal, Narancs		
		Energia: 520.76 Kcal / 2,176.78 KJ			Energia: 435.96 Kcal / 1,822.31 KJ			Energia: 524.62 Kcal / 2,192.91 KJ			Energia: 522.31 Kcal / 2,183.26 KJ			Energia: 524.00 Kcal / 2,190.32 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		13.48 g	27.34 g	5.80 g	24.05 g	8.96 g	1.07 g	16.36 g	9.12 g	1.68 g	32.98 g	23.29 g	3.53 g	15.04 g	10.32 g	5.38 g
Uzsonna	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só			Szénhidrát Cukor Só		
		10.44 g	9.99 g	0.27 g	30.79 g	9.99 g	0.00 g	27.07 g	9.99 g	0.49 g	48.98 g	7.99 g	0.00 g	10.30 g	9.99 g	0.00 g
		1														
		50.62 g			63.33 g			92.99 g			41.68 g			90.19 g		
Uzsonna	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Tepertőkrém Házi, AM., Alma 27%			Felvágott / érzékenyeknek/, Zöldhagyma 27%			Harcspástétom zöldf. 30gr.			Sonkakrém házi T.M.			Sert.májkrém 30 gr.allerg.ment		
		Energia: 194.84 Kcal / 814.43 KJ			Energia: 55.69 Kcal / 232.78 KJ			Energia: 80.30 Kcal / 335.65 KJ			Energia: 42.49 Kcal / 177.61 KJ			Energia: 80.48 Kcal / 336.41 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		2.48 g	16.08 g	5.51 g	5.90 g	2.96 g	0.92 g	0.00 g	0.10 g	0.00 g	3.72 g	2.95 g	0.91 g	5.38 g	5.24 g	1.56 g
10.75 g			1.61 g			0.50 g			0.23 g			2.62 g				
1,(1),(7)																
9,(12)																
9,(1),(12)																
(12)																
1,(6),(7),(10)																





Heti étlap 2022.02.07. - 2022.02.11.

.....

.....

Igazgató

Élelmezésvezető Dietetikus

Pintér Józsefné

Laza Györgyné

Kotymánné Zs. Zsófia

