

Heti étlap 2022.04.11. - 2022.04.15.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök		
<b>Tízórai</b>	<b>(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M</b>	Kakaó T.M.			Gyümölcs tea , Főtt virsli Allergén Mentés			Gyümölcs tea , Harcsapástétom zöldf. 30gr.			Tejeskávé t.m., Liga margarin 20% zsírt.		
		Energia: 123.29 Kcal / 515.35 Kj			Energia: 221.96 Kcal / 927.79 Kj			Energia: 122.26 Kcal / 511.05 Kj			Energia: 163.32 Kcal / 682.68 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		0.73 g	1.65 g	0.30 g	18.02 g	13.00 g	0.00 g	0.02 g	0.10 g	0.00 g	0.68 g	5.43 g	1.39 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
26.93 g	20.98 g	0.00 g	10.30 g	9.99 g	0.00 g	10.80 g	9.99 g	0.00 g	27.82 g	20.98 g	0.01 g		
		(1)										1	
<b>Ebéd</b>	<b>(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M</b>	Paradicsom leves LÉ., Tarhonyásh. Glut. M., Káposzta saláta			Sav.sert. leves L.M., Húsos spagetti Glutén M., Alma 27%			Lebbencs leves LÉ., Borsos tokány **L.É., Párolt petr.rizs , Uborka saláta			Csirkehúsleves Gluténmentes, Burgonyafőzelék L.É., Fasirozott L.É.		
		Energia: 525.84 Kcal / 2,198.01 Kj			Energia: 638.47 Kcal / 2,668.80 Kj			Energia: 635.71 Kcal / 2,657.27 Kj			Energia: 529.71 Kcal / 2,214.19 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		16.08 g	18.75 g	5.03 g	24.23 g	27.54 g	5.68 g	23.12 g	29.53 g	11.23 g	33.72 g	28.63 g	7.87 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
71.89 g	10.07 g	0.36 g	72.27 g	0.00 g	0.55 g	67.35 g	4.00 g	0.63 g	33.33 g	1.20 g	1.00 g		
		3,9,(12)			(12)			(12)				3,9,(12)	
<b>Uzsonna</b>	<b>(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M</b>	Felvágott / érzékenyeknek/, Retek, csomós			Baromfi májas csirkemájjal 30, Karalábé 27%			Felvágott / érzékenyeknek/			Sert.májkrém 30 gr.allerg.ment, Karalábé		
		Energia: 52.14 Kcal / 217.95 Kj			Energia: 101.69 Kcal / 425.06 Kj			Energia: 82.06 Kcal / 343.01 Kj			Energia: 91.99 Kcal / 384.52 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		5.77 g	2.94 g	0.91 g	6.21 g	4.03 g	1.18 g	9.22 g	4.87 g	1.52 g	6.01 g	5.30 g	1.57 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
0.58 g	0.00 g	0.30 g	5.42 g	0.00 g	0.36 g	0.24 g	0.00 g	0.45 g	4.69 g	0.00 g	0.43 g		
					1,(6),(7),(10)							1,(6),(7),(10)	





Heti étlap 2022.04.11. - 2022.04.15.

.....	.....
Igazgató	Élelmezésvezető    Dietetikus
Pintér Józsefné	Laza Györgyné    Kotymánné Zs. Zsófia

