

Heti étlap 2022.06.06. - 2022.06.10.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek								
Tízórai	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Gyümölcs tea , Tepertőkrém **	Gyümölcs tea , Főtt virsli Allergén Mentés	Gyümölcs tea , Méz kg-os	Gyümölcs tea , Padlizsán krém T.M.								
		Energia: 270.91 Kcal / 1,132.40 Kj		Energia: 131.96 Kcal / 551.59 Kj		Energia: 107.39 Kcal / 448.89 Kj		Energia: 144.01 Kcal / 601.96 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		3.05 g	23.01 g	0.00 g	9.02 g	6.50 g	0.00 g	0.10 g	0.00 g	0.00 g	1.26 g	8.81 g	1.73 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
10.35 g	9.99 g	0.03 g	10.30 g	9.99 g	0.00 g	26.50 g	26.19 g	0.00 g	14.83 g	9.99 g	0.21 g		
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Lencseleves Glutén M. , Darásmetelt**L.É., Alma 27%	Rízsoleves A.M., Zöldséges csirkeragu, Tészta kör.L.É.	Rántott leves **L.É., Sárgarépafozelék L.É., Sült tarja	Sertéshúsleves L.É., Vegyes gy.mártás L.M., Rántott sertésszelet L.É.								
		Energia: 525.54 Kcal / 2,196.76 Kj		Energia: 525.26 Kcal / 2,195.59 Kj		Energia: 522.52 Kcal / 2,184.13 Kj		Energia: 525.15 Kcal / 2,195.13 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		19.65 g	14.87 g	3.91 g	26.38 g	13.86 g	2.76 g	25.71 g	16.94 g	3.31 g	21.57 g	20.25 g	5.89 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
78.17 g	10.18 g	0.39 g	72.22 g	0.00 g	0.60 g	65.72 g	15.34 g	1.13 g	64.69 g	21.02 g	0.64 g		
9,(12)		1,9		(12)		3,9,(12)							
Uzsonna	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Baromfi májas csirkemájjal 30, Retek, csomós	Felvágott / érzékenyeknek/, Kaliforniai paprika	Húspástétom T.M.	Sert.májkrém 30 gr.allerg.ment, Jégcsapretek								
		Energia: 85.41 Kcal / 357.01 Kj		Energia: 55.23 Kcal / 230.86 Kj		Energia: 121.71 Kcal / 508.75 Kj		Energia: 80.48 Kcal / 336.41 Kj					
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		5.40 g	3.95 g	1.17 g	5.89 g	3.01 g	0.91 g	9.37 g	8.89 g	2.72 g	5.38 g	5.24 g	1.56 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
2.41 g	0.00 g	0.32 g	1.04 g	0.00 g	0.27 g	0.98 g	0.00 g	0.45 g	2.62 g	0.00 g	0.39 g		
1,(6),(7),(10)						1,(6),(7),(10)							





Heti étlap 2022.06.06. - 2022.06.10.

.....

.....

Igazgató

Élelmezésvezető Dietetikus

Pintér Józsefné

Laza Györgyné

Kotymánné Zs. Zsófia

