

Heti étlap 2022.07.25. - 2022.07.29.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Gyümölcs tea , Harcsapástétom zöldf. 30gr.			Gyümölcs tea , Húspástétom T.M., Kígyóuborka			Gyümölcs tea , Főtt virsli Allergén Mentés, Zöldpaprika			Rizstej, Kukoricapehely /CORN FLAKES/			Gyümölcs tea , Baromfi májas csirkemájjal 30		
		Energia: 122.26 Kcal / 511.05 Kj			Energia: 168.37 Kcal / 703.79 Kj			Energia: 139.79 Kcal / 584.32 Kj			Energia: 210.61 Kcal / 880.35 Kj			Energia: 83.21 Kcal / 347.82 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.02 g	0.10 g	0.00 g	9.79 g	8.93 g	2.72 g	9.50 g	6.62 g	0.00 g	3.62 g	1.66 g	0.17 g	2.60 g	1.97 g	0.59 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
10.80 g	9.99 g	0.02 g	11.96 g	9.99 g	0.46 g	11.50 g	9.99 g	0.00 g	45.03 g	5.99 g	0.00 g	11.29 g	9.99 g	0.15 g		
									1						1,(6),(7),(10)	
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Rántott leves **L.É., Kapros sertés ragu, Tészta kör.L.É.			Piritott tésztaleves**L.É., Paradics. húsgom.**I.M.			Burgonyaleves L.É., Tökfőzelék *mir.* L.É., Fasirozott L.É., Alma 27%			Fejtettbaleves Glut.M, Mákos metélt L.É.			Tárkonyos bur.leves L.M., Burgonyapüré Tejmentes, Rántott sertésszelet L.É., Cékla saláta**		
		Energia: 527.75 Kcal / 2,206.00 Kj			Energia: 526.01 Kcal / 2,198.72 Kj			Energia: 523.11 Kcal / 2,186.60 Kj			Energia: 523.18 Kcal / 2,186.89 Kj			Energia: 525.83 Kcal / 2,197.97 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		18.19 g	30.73 g	7.90 g	17.36 g	27.01 g	7.36 g	12.46 g	20.15 g	4.61 g	12.86 g	12.07 g	2.26 g	22.23 g	19.65 g	3.34 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
47.96 g	0.00 g	0.44 g	52.88 g	0.60 g	1.66 g	73.11 g	7.99 g	0.80 g	89.37 g	7.39 g	0.41 g	63.25 g	12.72 g	2.75 g		
			1,(12)			3,15,(12)			3,7,(12)			9,(12)			3,9,(12)	
Uzsonna	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Méz kg-os			Felvágott / érzékenyeknek/, Kaliforniai paprika			Tepertőkrém **			Felvágott / érzékenyeknek/			Alma-körte püré, Zsemle érz.		
		Energia: 65.43 Kcal / 273.50 Kj			Energia: 55.23 Kcal / 230.86 Kj			Energia: 137.36 Kcal / 574.16 Kj			Energia: 49.23 Kcal / 205.78 Kj			Energia: 161.67 Kcal / 675.78 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		0.08 g	0.00 g	0.00 g	5.89 g	3.01 g	0.91 g	1.81 g	13.80 g	0.00 g	5.53 g	2.92 g	0.91 g	4.70 g	0.22 g	0.00 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
16.20 g	16.20 g	0.00 g	1.04 g	0.00 g	0.27 g	0.03 g	0.00 g	0.01 g	0.14 g	0.00 g	0.26 g	36.00 g	0.00 g	0.02 g		





Heti étlap 2022.07.25. - 2022.07.29.

.....

.....

Igazgató

Élelmezésvezető Dietetikus

Pintér Józsefné

Laza Györgyné

Kotymánné Zs. Zsófia

