

Heti étlap 2022.08.29. - 2022.09.02.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek										
Tízórai	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Liga margarin 20% zsírt.			Gyümölcs tea , Tepertőkrém **			Gyümölcs tea , Főtt virsli Allergén Mentés, Zöldpaprika			Gyümölcs tea , Húspástétom T.M., Kaliforniai paprika			Rizstej, Kukoricapehely /CORN FLAKES/										
		Energia: 36.00 Kcal / 150.48 KJ			Energia: 133.53 Kcal / 558.16 KJ			Energia: 139.79 Kcal / 584.32 KJ			Energia: 169.67 Kcal / 709.22 KJ			Energia: 210.61 Kcal / 880.35 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav								
		0.04 g	4.00 g	1.20 g	1.23 g	9.20 g	0.00 g	9.50 g	6.62 g	0.00 g	9.75 g	8.98 g	2.72 g	3.62 g	1.67 g	0.18 g								
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Rizsleves LÉ., Rántott sertésszelet LÉ., Cseresznye mártás mir.L.M.			Rántott leves **L.É., Erdélyi rakott káposzta L.É.			Vegyes gyüm.leves LÉ.** , Paprikásburgonya hússal, Uborka saláta			Babgulyás **LÉ., Morzsásmetélt L.É.			Paradicsom leves LÉ., Sertés apróp.L.M., Rizibizi										
		Energia: 523.82 Kcal / 2,189.57 KJ			Energia: 529.20 Kcal / 2,212.06 KJ			Energia: 522.82 Kcal / 2,185.39 KJ			Energia: 521.62 Kcal / 2,180.37 KJ			Energia: 527.60 Kcal / 2,205.37 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav								
		14.22 g	14.04 g	3.14 g	17.52 g	27.30 g	8.20 g	28.69 g	9.41 g	1.19 g	14.29 g	15.32 g	4.14 g	20.19 g	25.28 g	9.26 g								
Uzsonna	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Harcsapástétom zöldf. 30gr.			Baromfi májas csirkemájjal 30, Kígyóborka			Liga margarin 20% zsírt., Alma 27%			Méz kg-os			Felvágott / érzékenyeknek/										
		Energia: 80.30 Kcal / 335.65 KJ			Energia: 87.20 Kcal / 364.50 KJ			Energia: 100.50 Kcal / 420.09 KJ			Energia: 98.15 Kcal / 410.27 KJ			Energia: 49.23 Kcal / 205.78 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav								
		0.00 g	0.10 g	0.00 g	5.56 g	3.97 g	1.17 g	0.66 g	6.60 g	1.80 g	0.12 g	0.00 g	0.00 g	5.53 g	2.92 g	0.91 g								
Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só	Szénhidrát			Cukor	Só					
0.50 g			0.00 g	0.02 g	2.65 g			0.00 g	0.30 g	10.50 g			0.00 g	0.01 g	24.30 g			24.30 g	0.01 g	0.14 g			0.00 g	0.27 g
1,(6),(7),(10)																								





Heti étlap 2022.08.29. - 2022.09.02.

.....

.....

Igazgató

Élelmezésvezető Dietetikus

Pintér Józsefné

Laza Györgyné

Kotymánné Zs. Zsófia

