

Heti étlap 2022.09.05. - 2022.09.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			
Tízórai	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Gyümölcs tea , Harcsapástétom zöldf. 30gr.			Baromfi májas csirkemájjal 30, Kaliforniai paprika			Gyümölcs tea , Főtt virsli Allergén Mentés			Kakaó T.M.			Gyümölcs tea , Húspástétom T.M., Kígyóuborka			
		Energia: 122.26 Kcal / 511.05 KJ			Energia: 88.50 Kcal / 369.93 KJ			Energia: 131.96 Kcal / 551.59 KJ			Energia: 123.29 Kcal / 515.35 KJ			Energia: 107.51 Kcal / 449.39 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	5.52 g	4.02 g	1.17 g	9.02 g	6.50 g	0.00 g	0.73 g	1.65 g	0.30 g	5.10 g	4.48 g	1.36 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	2.87 g	0.00 g	0.29 g	10.30 g	9.99 g	0.00 g	26.93 g	20.98 g	0.00 g	11.47 g	9.99 g	0.23 g			
1,(6),(7),(10)						(1)											
Ebéd	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Burgonyaleves L.É., Pulyka aprópecsenye, Párolt rizs			Sárgaborsó guly. gluténmentes, Tejberizs Rizstejlet T.M.			Csontleves L.É. , Kapros sertés ragu T.M., Tészta kör.L.É.			Csirke raguleves L.É., Paradics. hús**I.M.			Karlábéleves Gluténmentes, Gránátos kocka L.É., Körte			
		Energia: 523.63 Kcal / 2,188.77 KJ			Energia: 523.16 Kcal / 2,186.81 KJ			Energia: 526.06 Kcal / 2,198.93 KJ			Energia: 522.39 Kcal / 2,183.59 KJ			Energia: 525.55 Kcal / 2,196.80 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		25.88 g	22.86 g	6.47 g	13.92 g	11.14 g	5.95 g	18.22 g	26.47 g	7.62 g	23.56 g	35.41 g	10.17 g	7.92 g	8.41 g	0.82 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
52.43 g	0.00 g	0.68 g	90.48 g	25.81 g	1.06 g	52.77 g	0.80 g	0.58 g	27.36 g	0.00 g	2.44 g	103.54 g	0.00 g	3.96 g			
9,(1)						15,(12)											
Uzsonna	(00043) tej, tojás, búza, szója, mogyoró M	Felvágott / érintékenyeknek/, Kaliforniai paprika			Tepertőkrém **			Méz kg-os, Liga margarin 20% zsír.			Felvágott / érintékenyeknek/, Zöldpaprika			Felvágott / érintékenyeknek/			
		Energia: 55.23 Kcal / 230.86 KJ			Energia: 137.37 Kcal / 574.21 KJ			Energia: 101.43 Kcal / 423.98 KJ			Energia: 57.07 Kcal / 238.55 KJ			Energia: 82.05 Kcal / 342.97 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		5.89 g	3.01 g	0.91 g	1.82 g	13.81 g	0.00 g	0.12 g	4.00 g	1.20 g	6.01 g	3.04 g	0.91 g	9.21 g	4.86 g	1.51 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
1.04 g	0.00 g	0.27 g	0.03 g	0.00 g	0.02 g	16.20 g	16.20 g	0.00 g	1.34 g	0.00 g	0.27 g	0.23 g	0.00 g	0.44 g			





Heti étlap 2022.09.05. - 2022.09.09.

.....

.....

Igazgató

Élelmezésvezető Dietetikus

Pintér Józsefné

Laza Györgyné

Kotymánné Zs. Zsófia

