

Heti étlap 2023.05.29. - 2023.06.02.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00002) Normál 3x</b>	Kakaó , Kalács foszlós	Tea, Teljes kiőrlésű kenyér, Gépsonka, Flóra margarin	Tea, Főtt tojás NL, Flóra margarin, Zsemle	Tea, Teljes kiőrlésű kenyér, Tavaszi felvágott, Flóra margarin
		Energia: 163,47 Kcal / 683,30 KJ	Energia: 395,89 Kcal / 1 654,82 KJ	Energia: 388,97 Kcal / 1 625,89 KJ	Energia: 317,57 Kcal / 1 327,44 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		6,18 g 3,31 g 1,48 g	16,88 g 16,28 g 3,34 g	10,42 g 17,19 g 3,24 g	8,68 g 17,12 g 3,77 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
27,04 g 15,41 g 0,26 g	44,73 g 15,98 g 1,18 g	47,47 g 15,98 g 1,03 g	45,24 g 15,98 g 1,18 g		
<b>Ebéd</b>	<b>(00002) Normál 3x</b>	Gulyásleves isk, Teljes kiőrlésű kenyér, Sajtós tészta , Alma	Paradicsom leves , Rántott csirkecomb , Petrezselymes burgonya NL, Uborka saláta (friss)	Reszelttészta leves, Fejtett babfőzelék mir. , Sertés aprópecsenye, Teljes kiőrlésű kenyér	Vegyes gyümölcslev mir , Sonkás rizottó
		Energia: 895,19 Kcal / 3 741,89 KJ	Energia: 995,39 Kcal / 4 160,73 KJ	Energia: 671,51 Kcal / 2 806,91 KJ	Energia: 672,90 Kcal / 2 812,72 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		41,99 g 24,66 g 9,41 g	46,66 g 36,61 g 5,55 g	37,48 g 19,13 g 4,65 g	27,06 g 20,78 g 5,76 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
124,62 g 0,05 g 3,54 g	117,68 g 19,98 g 8,60 g	86,34 g 2,05 g 3,49 g	93,37 g 24,98 g 4,63 g		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00002) Normál 3x</b>	Félbarna kenyér, Kenőmájas, Jégcsap retek kg	Félbarna kenyér, Sajtkrém, natur, Uborka (kígyó)	Halkrém, Félbarna kenyér, Paradicsom kg	Krémtúró vanilliás, Kifli
		Energia: 318,81 Kcal / 1 332,63 KJ	Energia: 350,21 Kcal / 1 463,88 KJ	Energia: 287,54 Kcal / 1 201,92 KJ	Energia: 337,81 Kcal / 1 412,05 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		14,31 g 14,49 g 6,51 g	9,13 g 19,90 g 11,63 g	16,15 g 8,95 g 2,43 g	16,86 g 10,96 g 5,72 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só





### Heti étlap 2023.05.29. - 2023.06.02.

	32,41 g	0,00 g	2,64 g	33,23 g	0,00 g	1,81 g	34,62 g	0,00 g	1,83 g	42,12 g	9,99 g	0,45 g

.....

Élelmezési  
osztályvezető    AZ ÉTLAPVÁLTOZÁS JOGÁT FENNTARTJUK!

