



Heti étlap 2018.11.05. - 2018.11.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00111) Tejérzékeny	Rántott leves , Sült baromfi pálca , Burg.főzelék*tejé.			Gombaleves *tejé., Milánói makaróni*, Alma *			Karfiollevés *tejé., Sztogánov ragu*, Párolt rizsköret 80g*			Kakukkfűves ragu, Kelkáposzta főzelék*, Fehérvári lekváros papucs 48 g			Meggyleves tejé., Vágott vegyes savanyú*(A), Párolt rizsköret 80g*, Rántott csirkemell*		
		Energia: 751,29 Kcal / 3 140,39 KJ			Energia: 779,17 Kcal / 3 256,93 KJ			Energia: 712,42 Kcal / 2 977,92 KJ			Energia: 645,13 Kcal / 2 696,64 KJ			Energia: 683,05 Kcal / 2 855,15 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		22,37 g	42,49 g	9,74 g	27,16 g	31,94 g	6,83 g	26,35 g	29,03 g	4,64 g	30,57 g	26,26 g	5,34 g	24,74 g	18,62 g	2,41 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	68,37 g	1,08 g	3,76 g	94,54 g	0,00 g	2,15 g	85,53 g	1,08 g	1,67 g	70,51 g	12,16 g	1,35 g	99,79 g	10,69 g	2,01 g	
	(00112) Lisztérzékeny	Rántott leves lé, Sült baromfi pálca lé., Burgonya főzelék*lé.			Gombaleves *lé., Milánói makaróni*lé., Alma *			Karfiollevés (mireltből)*lé., Sztogánov ragu*, Párolt rizsköret 80g*			Kakukkfűves ragu, Kelkáposzta főzelék*lé., Kukoricaszélet glutén mentes			Meggyleves lé., Vágott vegyes savanyú*(A), Párolt rizsköret 80g*, Rántott csirkemell*lé		
		Energia: 778,03 Kcal / 3 252,17 KJ			Energia: 1 044,98 Kcal / 4 368,02 KJ			Energia: 747,24 Kcal / 3 123,46 KJ			Energia: 394,78 Kcal / 1 650,18 KJ			Energia: 616,08 Kcal / 2 575,21 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
20,78 g		46,02 g	10,50 g	28,18 g	67,64 g	20,39 g	24,71 g	34,65 g	5,90 g	31,26 g	16,53 g	1,66 g	24,12 g	20,57 g	3,58 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
68,70 g	1,67 g	3,84 g	79,27 g	17,46 g	3,45 g	83,23 g	3,57 g	2,22 g	50,12 g	2,16 g	1,05 g	82,35 g	9,77 g	1,61 g		

.....
Élelmezési osztályvezet

.....
Vezet dietetikus

.....
Gazdaságvezet

