



Heti étlap 2019.01.14. - 2019.01.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00111) Tejérzékeny	Gombaleves *tejé., Vadasmártás tejé., Sertés aprópecsenye, Körettészta durum klf.*	Rakott brokkoli tejé, Lebbencsleves*	Kertészleves, Bugaci aprópecsenye, Bulgur	Sertés pörkölt*, Babfőzelék*tejm., Csiga kakaós, fahéjas (A)	Paradicsom leves*, Párolt rizsköret 80g*, Grill csirkemell										
		Energia: 941,58 Kcal / 3 935,80 KJ	Energia: 668,12 Kcal / 2 792,74 KJ	Energia: 796,84 Kcal / 3 330,79 KJ	Energia: 746,70 Kcal / 3 121,21 KJ	Energia: 737,74 Kcal / 3 083,75 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		34,92 g	41,32 g	6,26 g	25,81 g	35,21 g	7,65 g	37,35 g	29,39 g	5,36 g	33,22 g	32,62 g	4,15 g	28,54 g	26,37 g	3,10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	104,41 g	8,64 g	1,94 g	60,43 g	0,00 g	1,64 g	98,93 g	0,00 g	2,54 g	79,36 g	13,09 g	1,90 g	95,62 g	5,39 g	2,10 g	
	(00112) Lisztérzékeny	Gombaleves *lé., Vadasmártás lé., Sertésragu lé., Körettészta gluténmentes* lé.	Rakott brokkoli tejé, Lebbencsleves*lé.	Kertészleves, Bugaci aprópecsenye, Párolt rizsköret 80g*	Sertés pörkölt*lé., Babfőzelék*lé., Kukoricaszélet glutén mentes	Paradicsom leves* lé., Párolt rizsköret 80g*, Sajtos csirke mellfilé* lé.										
		Energia: 1 295,86 Kcal / 5 416,69 KJ	Energia: 688,88 Kcal / 2 879,52 KJ	Energia: 756,57 Kcal / 3 162,46 KJ	Energia: 573,69 Kcal / 2 398,02 KJ	Energia: 1 016,60 Kcal / 4 249,39 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
26,53 g		90,67 g	15,93 g	24,85 g	37,16 g	9,42 g	30,34 g	28,56 g	6,25 g	37,22 g	25,34 g	3,62 g	36,84 g	41,89 g	9,85 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
91,76 g	21,96 g	2,14 g	62,59 g	4,99 g	1,46 g	93,48 g	4,16 g	2,46 g	69,29 g	0,90 g	1,70 g	121,58 g	9,60 g	3,04 g		

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietaikus

.....  
Gazdaságvezet

