



Heti étlap 2019.03.18. - 2019.03.22.

| | | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek |
|-------------------------|--------------------------|---|---|---|--|---|
| Ebéd | (00111) Tejérzékeny | Burgonyaleves kolbászos*, Ízes makaróni (spagetti)*, Alma * | Sült baromfi pálca lé., Zöldbabfőzelék *tejé., Csiga kakaós, fahéjas (A) | Rántott leves , Bakonyi tokány tejé., Párolt rizsköret 80g* | Sóskamártás mirelit*tejé., Féladagos burgonya*, Szárnyas raguleves*, Sült baromfi pálca | Körtés almaleves TM., Rántott halrudacska, Kuskusz |
| | | Energia: 880,50 Kcal / 3 680,49 KJ | Energia: 710,76 Kcal / 2 970,98 KJ | Energia: 736,84 Kcal / 3 079,99 KJ | Energia: 1 009,22 Kcal / 4 218,54 KJ | Energia: 770,56 Kcal / 3 220,94 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv |
| | | 27,74 g 38,80 g 70,33 g | 21,46 g 44,73 g 9,20 g | 26,46 g 31,89 g 5,29 g | 39,95 g 50,65 g 11,41 g | 21,99 g 30,27 g 2,15 g |
| | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só |
| | 103,98 g 0,11 g 1,68 g | 54,54 g 16,51 g 2,54 g | 85,14 g 0,00 g 1,44 g | 95,54 g 8,99 g 3,80 g | 93,57 g 32,64 g 0,94 g | |
| | | | | | | |
| | (00112) Lisztérzékeny | Burgonyaleves kolbászos*lé., Sajtos makaróni (spagetti)*lé., Alma * | Sült baromfi pálca lé., Zöldbabfőzelék *lé., Kukoricaszélet glutén mentes | Rántott leves lé, Bakonyi tokány lé., Párolt rizsköret 80g* | Sóskamártás mir*lé., Féladagos burgonya*, Szárnyas raguleves*lé., Sült baromfi pálca lé. | Körtés almaleves TM., Rántott hal *lé., Párolt rizsköret 80g*, Tartármártás*lé. |
| | | Energia: 1 003,28 Kcal / 4 193,71 KJ | Energia: 520,74 Kcal / 2 176,69 KJ | Energia: 721,02 Kcal / 3 013,86 KJ | Energia: 1 051,39 Kcal / 4 394,81 KJ | Energia: 1 052,81 Kcal / 4 400,75 KJ |
| | | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv |
| 26,54 g 64,69 g 80,71 g | | 24,07 g 40,37 g 8,87 g | 24,73 g 32,35 g 5,79 g | 36,66 g 58,14 g 13,09 g | 27,40 g 60,93 g 8,10 g | |
| Szénhidrát Cukor Só | | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | |
| 77,54 g 13,30 g 2,40 g | 35,06 g 2,70 g 2,29 g | 81,93 g 1,67 g 1,49 g | 92,50 g 10,48 g 3,94 g | 95,84 g 11,96 g 3,25 g | | |
| | | | | | | |

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietaetikus

.....
Gazdaságvezet

