



Heti étlap 2019.09.16. - 2019.09.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00111) Tejérzékeny	Citromos kertileves*, Bolognai makaróni*	Sárgaborsó főzelékpüré*, Fokhagymás aprópecsenye*, Búrkifli /diós, mákos*/(A)	Körtés almaleves TM., Párolt rizsköret 80g*, Tanyasi ragu csirkemell	Burgonyaleves magyaros*, Sertés sült*, Paradicsomos káposzta*	Zöldségeves *, Mustáros pecsenye , Burgonya főtt*
		Energia: 692,25 Kcal / 2 893,61 KJ	Energia: 865,46 Kcal / 3 617,62 KJ	Energia: 699,36 Kcal / 2 923,32 KJ	Energia: 869,57 Kcal / 3 634,80 KJ	Energia: 605,81 Kcal / 2 532,29 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		25,57 g 32,68 g 6,94 g	37,75 g 40,70 g 4,16 g	31,39 g 24,24 g 3,97 g	28,47 g 45,59 g 6,42 g	24,50 g 25,71 g 4,10 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	79,69 g 0,00 g 2,01 g	84,06 g 0,00 g 1,56 g	101,21 g 10,61 g 2,07 g	84,61 g 8,99 g 1,47 g	73,86 g 0,00 g 2,20 g	
	(00112) Lisztérzékeny	Citromos kertileves*lé., Bolognai makaróni*lé.	Sárgaborsó főzelékpüré*, Fokhagymás aprópecsenye*lé., Kukoricaszélet glutén mentes	Körtés almaleves , Párolt rizsköret 80g*, Tanyasi ragu lé.	Burgonyaleves magyaros*lé., Sertés sült*lé., Paradicsomos káposzta*lé.	Tejfölös mustáros pecsenyelé., Zöldségeves *, Burgonya főtt*
		Energia: 909,42 Kcal / 3 801,38 KJ	Energia: 549,89 Kcal / 2 298,54 KJ	Energia: 614,74 Kcal / 2 569,61 KJ	Energia: 618,08 Kcal / 2 583,57 KJ	Energia: 628,86 Kcal / 2 628,63 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
28,56 g 63,28 g 19,02 g		38,50 g 24,52 g 3,61 g	25,09 g 19,67 g 3,50 g	21,19 g 34,15 g 6,15 g	25,04 g 27,69 g 4,32 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
62,04 g 13,80 g 3,02 g	63,87 g 0,00 g 2,02 g	83,78 g 10,61 g 2,38 g	55,05 g 10,45 g 2,18 g	74,64 g 0,00 g 2,23 g		

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

