



Heti étlap 2018.01.29. - 2018.02.02.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00111) Tejérzékeny	Színes tészta, Mandarin*, Szárnyas raguleves*			Sertés sült*, Parad.burgonya főzelék*, Csiga kakaós, fahéjas (A)			Brokkolileves*, Édes- sav.szárnyasragu*, Teljes kiórlású kenyér*, Kuskusz			Húsleves, Főtt hús*, Meggymártás *mir.*, Piritott dara*			Alföldi sertés gulyásleves*, Tejberizs kókusztejjel.		
		Energia: 721,84 Kcal / 3 017,29 KJ			Energia: 962,36 Kcal / 4 022,66 KJ			Energia: 968,10 Kcal / 4 046,66 KJ			Energia: 728,47 Kcal / 3 045,00 KJ			Energia: 425,36 Kcal / 1 778,00 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		27,94 g	24,81 g	3,04 g	28,26 g	44,70 g	5,45 g	36,15 g	29,95 g	3,64 g	27,68 g	23,29 g	4,07 g	17,05 g	11,30 g	3,46 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	94,14 g	1,89 g	2,07 g	109,84 g	18,48 g	1,91 g	134,18 g	28,77 g	2,50 g	100,17 g	11,78 g	3,00 g	63,11 g	17,09 g	1,80 g	
	(00112) Lisztérzékeny	Színes tészta lé., Mandarin*, Szárnyas raguleves*lé.			Sertés sült*lé., Parad.burgonya főzelék*lé., Kukoricaszélet glutén mentes			Brokkolileves* lé., Édes- sav.szárnyasragu* lé., Párolt rizsköret 80g*			Húsleves*lé., Főtt hús*, Meggymártás *mir.*, Féladagos burgonya*			Alföldi sertés gulyásleves*lé., Tejberizs lé.		
		Energia: 891,12 Kcal / 3 724,88 KJ			Energia: 582,41 Kcal / 2 434,47 KJ			Energia: 862,87 Kcal / 3 606,80 KJ			Energia: 644,98 Kcal / 2 696,02 KJ			Energia: 542,37 Kcal / 2 267,11 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
26,76 g		46,62 g	12,23 g	28,37 g	24,27 g	3,46 g	28,61 g	31,36 g	4,69 g	25,29 g	19,71 g	5,79 g	25,47 g	15,35 g	4,78 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
89,65 g	15,84 g	3,10 g	81,72 g	6,29 g	2,80 g	115,11 g	9,22 g	1,94 g	89,01 g	12,42 g	2,31 g	74,71 g	6,79 g	1,16 g		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietaikus

.....
Gazdaságvezet

