



Heti étlap 2018.03.19. - 2018.03.23.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00111) Tejérezkeny	Sertésragu leves normál*, Alma *, Káposztás tészta*			Sült baromfi pálcá lé., Finomfőzelék tejé., Fehérvári lekváros papucs 48 g			Rántott leves , Bakonyi tokány tejé., Párolt rizsköret 80g*			Zöldségleves tejé. , Sertés sült*, Paradicsomos káposzta*			Körtés almaleves TM., Kuskusz, Cékla saláta konzerv*(A), Fűszeres pirított halfilé tejé		
		Energia: 811,07 Kcal / 3 390,27 KJ			Energia: 718,52 Kcal / 3 003,41 KJ			Energia: 733,33 Kcal / 3 065,32 KJ			Energia: 757,70 Kcal / 3 167,19 KJ			Energia: 816,86 Kcal / 3 414,47 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		26,03 g	33,57 g	4,92 g	23,46 g	44,92 g	12,25 g	25,48 g	31,97 g	5,28 g	25,70 g	42,88 g	6,12 g	26,28 g	32,36 g	4,49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	97,66 g	5,44 g	1,46 g	53,91 g	15,40 g	3,00 g	85,06 g	0,00 g	1,64 g	65,75 g	8,99 g	1,45 g	98,42 g	37,26 g	2,23 g	
	(00112) Lisztérezkeny	Sertésragu leves normál*lé., Túrós tészta*lé., Alma *			Sült baromfi pálcá lé., Finomfőzelék lé., Kukoricaszélet glutén mentes			Rántott leves lé, Bakonyi tokány lé., Párolt rizsköret 80g*			Zöldségleves lé. , Sertés sült*lé., Paradicsomos káposzta*lé.			Körtés almaleves TM., Cékla saláta konzerv*(A), Fűszeres pirított hal lé., Párolt rizsköret 80g*		
		Energia: 905,71 Kcal / 3 785,87 KJ			Energia: 588,08 Kcal / 2 458,17 KJ			Energia: 717,52 Kcal / 2 999,23 KJ			Energia: 584,48 Kcal / 2 443,13 KJ			Energia: 909,29 Kcal / 3 800,83 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
28,57 g		53,65 g	13,09 g	28,82 g	40,01 g	9,07 g	23,75 g	32,43 g	5,78 g	20,00 g	35,74 g	6,33 g	32,44 g	39,27 g	9,13 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
75,76 g	16,63 g	2,81 g	47,83 g	2,70 g	2,74 g	81,85 g	1,67 g	1,71 g	44,42 g	10,45 g	2,17 g	103,77 g	15,96 g	2,58 g		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

