



Heti étlap 2025.01.06. - 2025.01.10.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00484) Gyermek (15-18 év)	Csurgatott tojás leves , Mézes mustáros csirkemell , Párolt rizs			Csontleves , Cérumetél, Tökfőzelék , Sült virsli , Gyümölcs			Meggyleves , Sajtos hús, Petrezselymes burgonya			Magyaros burgonyaleves, Székelykáposzta, Tejföl 12 % , Félbarna kenyér			Legényfogó leves, Mák szórat, Tészta köret		
		Energia: 828,21 Kcal / 3 461,92 KJ			Energia: 704,01 Kcal / 2 942,76 KJ			Energia: 871,00 Kcal / 3 640,78 KJ			Energia: 772,09 Kcal / 3 227,34 KJ			Energia: 676,36 Kcal / 2 827,18 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		33,30 g	34,89 g	6,05 g	24,48 g	44,10 g	13,08 g	36,47 g	39,24 g	12,93 g	26,06 g	44,68 g	14,28 g	29,22 g	21,38 g	5,21 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
94,17 g	0,91 g	5,47 g	50,90 g	0,05 g	9,92 g	89,72 g	20,14 g	3,75 g	65,33 g	0,05 g	4,37 g	91,00 g	15,04 g	2,24 g		
1,3,7,10,(12)			1,7,9,(6),(10)			1,7			1,7,(12)			1,7,9				

Benkovics Titanilla
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

