



Heti étlap 2024.11.18. - 2024.11.22.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00484) Gyermek (15-18 év)	Húsgombóclevés, Zöldborsófőzelék , Főtt tojás, Gyümölcs			Sütötök krémleves, Lecsós csirkemáj, Párolt bulgur , Tökmag			Tarhonyaleves , Székelykáposzta, Tejföl 12 % , Teljes kiőrlésű kenyér			Rántott sertésszelet, Burgonyapüré , Gyümölcslé 100% 0,2l-es, Csemege uborka			Jókai bableves , Darásmetélt , Barackíz		
		Energia: 572,76 Kcal / 2 394,14 Kj			Energia: 898,05 Kcal / 3 753,85 Kj			Energia: 713,00 Kcal / 2 980,34 Kj			Energia: 805,55 Kcal / 3 367,20 Kj			Energia: 1 006,73 Kcal / 4 208,13 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		30,21 g	22,20 g	4,07 g	41,19 g	34,64 g	7,26 g	23,98 g	46,46 g	15,45 g	31,64 g	24,66 g	5,68 g	29,69 g	35,38 g	6,66 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
61,21 g	10,15 g	3,73 g	109,65 g	10,03 g	5,74 g	48,67 g	0,00 g	3,80 g	111,49 g	0,00 g	6,44 g	141,24 g	31,21 g	3,32 g		
1,3,6,7,9			1,7,(8),(11)			1,3,7,(12)			1,3,7,10,15			1,9,(12)				

Benkovics Titanilla
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

