



Heti étlap 2023.03.06. - 2023.03.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00001) Feelnőtt A menü	Gulyásleves marhahússal F*, Kakaós porcukor F*, Tejbeköles F*, Alma	Tavaszi leves F*, Pulyka pörkölt F*, Sárgaborsó főzelék F*, Búzakenyér	Gyümölcsleves F*, Zöldborsós csirkemellcsíkok F., Párolt rizs F*	Húsleves hús nélküli F**, Főtt hús F*, Paradicsomos káposzta F*, kenyér teljes kiörlésű, szel.	Karfiollesves F* (piros), Itáliai sertésszelet F*, Burgonyapüré F*, Meggybefőtt, magozott										
		Energia: 774,67 Kcal / 3 238,12 Kj	Energia: 978,40 Kcal / 4 089,71 Kj	Energia: 880,67 Kcal / 3 681,20 Kj	Energia: 609,19 Kcal / 2 546,41 Kj	Energia: 885,91 Kcal / 3 703,10 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		20,46 g	17,78 g	4,89 g	53,74 g	35,20 g	6,45 g	44,18 g	23,64 g	5,07 g	40,44 g	18,52 g	4,37 g	40,81 g	27,26 g	8,28 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	131,32 g	38,17 g	3,44 g	109,17 g	0,84 g	5,39 g	121,25 g	13,01 g	2,58 g	77,58 g	10,00 g	3,54 g	116,73 g	12,01 g	4,14 g	
	(00002) Feelnőtt B menü	Gulyásleves marhahússal F*, Pizzás csiga házi F*, Alma	Tavaszi leves F*, Rakott karfiol F*		Húsleves hús nélküli F**, Marhapörkölt F*, Tészta kör. orsó F*											
		Energia: 824,94 Kcal / 3 448,25 Kj	Energia: 742,19 Kcal / 3 102,35 Kj	Energia: Kcal / 0,00 Kj	Energia: 590,59 Kcal / 2 468,67 Kj	Energia: Kcal / 0,00 Kj										
Fehérje		Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	
29,22 g		29,27 g	9,74 g	28,81 g	46,62 g	13,60 g				18,98 g	17,30 g	2,16 g				
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
112,13 g	1,02 g	3,41 g	50,25 g	2,00 g	3,99 g				88,81 g	0,01 g	3,14 g					

.....  
Élelmezési osztályvezető

.....  
Vezető dietetikus

.....  
Gazdaságvezető

