



Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
Tízórai	(00002) Normál 3x	Tejeskávé H, Kalács foszlós	Citromos tea H, Gépsonka, Flóra margarin, Teljes kiőrlésű kenyér	Citromos tea H, Félbarna kenyér, Húskrém, löncskrém H, Uborka(kígyó)	Flóra margarin, Tavaszi felvágott, Teljes kiőrlésű kenyér, Citromos tea H
		Energia: 211,30 Kcal / 883,23 KJ	Energia: 338,81 Kcal / 1 416,23 KJ	Energia: 392,48 Kcal / 1 640,57 KJ	Energia: 410,09 Kcal / 1 714,18 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		10,94 g 5,13 g 2,44 g	16,87 g 10,27 g 2,34 g	11,83 g 16,44 g 5,34 g	13,84 g 18,42 g 5,53 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
30,09 g 10,41 g 0,46 g	44,11 g 15,58 g 1,16 g	48,73 g 15,58 g 2,43 g	45,81 g 15,58 g 1,28 g		
Ebéd	(00002) Normál 3x	Bakonyi betyárleves H, Diósmetélt H, Alma	Karalábéleves H, Pusztapörkölt H, Csemege uborka, Teljes kiőrlésű kenyér	Tarhonyaleves H, Zöldbabfőzelék mir. H, Sült csirkemell csíkok H, Teljes kiőrlésű kenyér	Paradicsom leves H, Bácskai rizseshús H, Vegyes vágott savanyúság
		Energia: 837,57 Kcal / 3 501,04 KJ	Energia: 713,91 Kcal / 2 984,14 KJ	Energia: 606,39 Kcal / 2 534,71 KJ	Energia: 759,58 Kcal / 3 175,04 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		32,37 g 30,72 g 8,34 g	33,44 g 19,19 g 4,48 g	44,31 g 15,89 g 3,01 g	30,94 g 26,12 g 6,10 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
106,56 g 19,99 g 3,12 g	99,85 g 0,01 g 5,70 g	70,24 g 1,82 g 4,17 g	99,29 g 13,59 g 3,62 g		





Heti étlap 2024.04.29. - 2024.05.03.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek
<b>Uzsonna</b>	<b>(00002) Normál 3x</b>	Kenőmájas, Teljes kiőrlésű kenyér, Jégcsap retek kg	Sajtkrém, natur, Félbarna kenyér, Zöldhagyma	Kifli, Főtt tojás H, Flóra margarin	Pogácsa (különféle)
		Energia: 311,66 Kcal / 1 302,74 KJ	Energia: 357,25 Kcal / 1 493,31 KJ	Energia: 229,56 Kcal / 959,56 KJ	Energia: 369,12 Kcal / 1 542,92 KJ
		Fehérje 14,47 g Zsír 14,65 g T.Zsírsv 6,45 g	Fehérje 9,36 g Zsír 19,93 g T.Zsírsv 11,64 g	Fehérje 9,16 g Zsír 11,08 g T.Zsírsv 2,34 g	Fehérje 7,60 g Zsír 17,30 g T.Zsírsv 7,45 g
		Szénhidrát 29,99 g Cukor 0,00 g Só 2,08 g	Szénhidrát 35,32 g Cukor 0,00 g Só 1,81 g	Szénhidrát 23,04 g Cukor 0,00 g Só 0,57 g	Szénhidrát 41,14 g Cukor 0,00 g Só 1,20 g

.....  
Élelmezési  
osztályvezető

