Heti étlap 2023.06.05. - 2023.06.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	**(00151) Tejmentes diéta**	Sertésbecsinált leves TM, Alma, Ízes bukta			Zöldséges burgonyagombóc leves, Rakott karfiol			Savanyú vetrece TM, Párolt rizs , Zöldségleves mir.			Paradicsom leves , Kelkáposzta főzelék, Húsgombóc			Sült csirkecomb ovi, Párolt vegyes zöldköret, Csurgatott tojás leves		
		Energia: 522.37 Kcal / 2,183.51 Kj			Energia: 558.93 Kcal / 2,336.33 Kj			Energia: 502.29 Kcal / 2,099.57 Kj			Energia: 589.01 Kcal / 2,462.06 Kj			Energia: 516.85 Kcal / 2,160.43 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		17.47 g	16.17 g	4.25 g	20.21 g	23.33 g	5.09 g	16.87 g	27.69 g	7.83 g	22.18 g	22.20 g	4.87 g	46.83 g	19.57 g	3.76 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		76.40 g	14.55 g	0.95 g	65.92 g	0.43 g	0.68 g	45.62 g	1.63 g	1.31 g	72.11 g	11.59 g	0.30 g	36.44 g	0.00 g	0.70 g

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Fojtyik József
.....
Diétás szakács

Simonyi-Nagy Veronika
.....
Élelmezésvezető