



Étlap



Reggeli, Tízórai, Ebéd, Uzsonna, Vacsora, Pótétkezés étkezésekre

Séf – Mogul vendéglátó BT

2023.09.12. - 2023.09.12.

Diéta	Időpont		Tízórai		Ebéd		Uzsonna	
(00483) Gyermek (7-10)	2023.09. 12 kedd	Napi összesen	Gyümölcs tea , Félbarna kenyér, Jégcsap retek, Párizsi		Lencseleves , Káposztás kocka		Tojáskrém , Burgonyás kenyér, Jégcsap retek	
		Energia(kcal)	Energia		Energia		Energia	
		1,101.75/4,605.32	279.49/1,168.27		609.90/2,549.38		212.36/887.66	
	Fehérje(g)	39.28	Fehérje	Zsír	Fehérje	Zsír	Fehérje	Zsír
	Zsír(g)	32.69	7.88	7.68	21.77	17.83	9.63	7.18
	T.Zsír(sav)(g)	6.11	T.Zsír(sav)	Szénhidrát	T.Zsír(sav)	Szénhidrát	T.Zsír(sav)	Szénhidrát
	Szénhidrát(g)	162.75	7.68	47.13	17.83	89.26	7.18	26.36
	Cukor(g)	16.65	Cukor	Só	Cukor	Só	Cukor	Só
	Só(g)	1.87	11.07	0.86	5.52	0.76	0.06	0.25

