



### Heti étlap 2023.09.25. - 2023.09.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Ebéd</b>	<b>(00151) Tejmentes diéta</b>	Zöldségleves mir., Karábéfőzelék *mir.* TM., Főtt virsli	Csurgatott tojás leves , Rakott burgonya	Karfiolleves *mir.* TM., Hentes tokány , Párolt rizs	Burgonya főzelék TM., Vagdalt , Reszeltésza leves	Csorbaleves, Főtt virsli, Hot-dog kifli										
		Energia: 570.99 Kcal / 2,386.74 KJ	Energia: 507.73 Kcal / 2,122.31 KJ	Energia: 454.05 Kcal / 1,897.93 KJ	Energia: 562.75 Kcal / 2,352.30 KJ	Energia: 401.17 Kcal / 1,676.89 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		21.00 g	21.81 g	4.40 g	22.17 g	26.61 g	6.56 g	11.86 g	12.34 g	1.51 g	16.83 g	22.56 g	4.47 g	28.66 g	21.03 g	5.91 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		71.79 g	6.35 g	0.97 g	43.57 g	0.00 g	1.19 g	74.15 g	1.21 g	0.49 g	71.54 g	0.15 g	0.41 g	23.70 g	0.01 g	0.90 g

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Fojtyik József  
.....  
Diétás szakács

Simonyi-Nagy Veronika  
.....  
Élelmezésvezető

