



### Heti étlap 2023.11.27. - 2023.12.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Ebéd</b>	<b>(00151) Tejmentes diéta</b>	Lebbencsleves, Alma, Szilvalekváros gombóc mir ovi	Csirkeragu leves , Brokkolifőzlék mir. ovi, Főtt virsli	Zöldségleves mir., Eszterházi sertéstokány, Tészta köret	Daragaluska leves , Főtt virsli, Hot-dog kifli, Mustár vödörös	Sült csirkecomb, Párolt rizs kukoricával, Karfiolkrémleves mir.										
		Energia: 451.39 Kcal / 1,886.81 KJ	Energia: 574.45 Kcal / 2,401.20 KJ	Energia: 550.43 Kcal / 2,300.80 KJ	Energia: 429.07 Kcal / 1,793.51 KJ	Energia: 572.05 Kcal / 2,391.17 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		10.03 g	9.92 g	1.04 g	30.74 g	24.21 g	4.70 g	21.74 g	23.34 g	6.44 g	16.37 g	23.20 g	5.50 g	35.05 g	23.14 g	3.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
77.77 g	7.64 g	2.26 g	57.46 g	0.25 g	0.37 g	62.36 g	0.95 g	0.73 g	37.50 g	0.20 g	0.35 g	55.46 g	0.19 g	5.58 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Fojtyik József  
.....  
Diétás szakács

Simonyi-Nagy Veronika  
.....  
Élelmezésvezető

