



Heti étlap 2023.12.04. - 2023.12.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00151) Tejmentes diéta	Hentes tokány , Karfiolkrémleves mir., Tészta köret			Hawaii pulykamell ovi, Daragaluska leves , Főtt burgonya ovi			Meggyleves *mirelit* TM, Natúr sertéskaraj ovi, Párolt vegyes zöldköret			Paradicsom mártás, Főtt burgonya ovi, Húsgombóc , Zöldségleves mir.			Rántott hal, Húsleves , Rizi-bizi		
		Energia: 465.39 Kcal / 1,945.33 Kj			Energia: 455.21 Kcal / 1,902.78 Kj			Energia: 488.73 Kcal / 2,042.89 Kj			Energia: 493.61 Kcal / 2,063.29 Kj			Energia: 588.28 Kcal / 2,459.01 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		14.71 g	10.37 g	1.45 g	22.56 g	10.69 g	1.33 g	26.59 g	15.02 g	2.92 g	15.94 g	15.60 g	3.37 g	32.36 g	24.54 g	5.61 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
77.63 g	1.18 g	0.49 g	71.30 g	5.08 g	0.32 g	58.71 g	7.46 g	0.16 g	69.42 g	6.46 g	0.46 g	58.85 g	0.17 g	0.71 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Fojtyik József
.....
Diétás szakács

Simonyi-Nagy Veronika
.....
Élelmezésvezető

