



### Heti étlap 2024.10.14. - 2024.10.18.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Ebéd</b>	<b>(00151) Tejmentes diéta</b>	Pulykaraguleves, Gránátos kocka , Csemege uborka	Burgonya főzelék TM., Paradicsom leves , Főtt virsli	Gulyásleves, Pogácsa tökmagos	Paradicsomos káposzta , Párolt sertésszelet , Csurgatott tojás leves	Sütőtök krémleves TM, Sült csirkecomb ovi, Főtt burgonya ovi
		Energia: 516.64 Kcal / 2,159.56 Kj	Energia: 569.91 Kcal / 2,382.22 Kj	Energia: 464.62 Kcal / 1,942.11 Kj	Energia: 520.45 Kcal / 2,175.48 Kj	Energia: 574.25 Kcal / 2,400.37 Kj
		Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv
		23.45 g    15.95 g    2.97 g	16.40 g    23.40 g    4.60 g	16.14 g    29.87 g    8.24 g	25.96 g    23.61 g    4.29 g	42.61 g    18.98 g    3.83 g
		Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só
69.55 g    1.07 g    1.37 g	70.74 g    11.59 g    0.06 g	49.49 g    0.43 g    0.32 g	47.61 g    9.36 g    0.33 g	57.13 g    3.60 g    0.96 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Fojtyik József  
.....  
Diétás szakács

Simonyi-Nagy Veronika  
.....  
Élelmezésvezető

