



### Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Ebéd</b>	<b>(00151) Tejmentes diéta</b>	Frankfurti leves TM, Gránátos kocka , Csemege uborka	Tökfőzelék mir. TM., Zöldségleves mir., Sertés pörkölt ovi	Paradicsom leves , Vagdalt , Főtt burgonya ovi	Karalábefőzelék *mir.* TM., Natúr sertéskaraj ovi, Nyírségi Burgonyagombóc leves	Rántott csirkemell ovi TM, Rizi-bizi , Francia hagymaleves										
		Energia: 495.55 Kcal / 2,071.40 Kj	Energia: 529.18 Kcal / 2,211.97 Kj	Energia: 479.47 Kcal / 2,004.18 Kj	Energia: 575.81 Kcal / 2,406.89 Kj	Energia: 513.97 Kcal / 2,148.39 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		17.78 g	20.13 g	4.02 g	17.93 g	30.56 g	6.83 g	16.36 g	17.87 g	4.49 g	26.45 g	26.58 g	6.44 g	23.35 g	18.37 g	3.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
60.29 g	0.78 g	0.55 g	44.21 g	3.79 g	1.37 g	60.54 g	11.59 g	0.51 g	56.83 g	4.31 g	0.90 g	62.83 g	0.91 g	0.61 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Fojtyik József  
.....  
Diétás szakács

Simonyi-Nagy Veronika  
.....  
Élelmezésvezető

