



### Heti étlap 2025.03.03. - 2025.03.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Ebéd</b>	<b>(00151) Tejmentes diéta</b>	Zöldbabfőzelék *mir.* TM., Virsli pörkölt, Húsgombócleves	Tavaszi leves, Paprikásburgonya	Francia hagymaleves, Savanyú vetreце TM, Tészta köret	Csurgatott tojás leves, Zabpelyhes húsgombóc, Paradicsom mártás, Burgonya féladag	Meggye leves *mirelit* TM, Sült csirkecomb ovi, Párolt rizs										
		Energia: 519.65 Kcal / 2,172.14 Kj	Energia: 437.14 Kcal / 1,827.25 Kj	Energia: 600.76 Kcal / 2,511.18 Kj	Energia: 517.96 Kcal / 2,165.07 Kj	Energia: 519.37 Kcal / 2,170.97 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsvav
		21.17 g	28.26 g	6.41 g	11.32 g	11.58 g	1.30 g	20.64 g	36.58 g	10.73 g	18.32 g	19.08 g	4.01 g	34.54 g	15.59 g	2.80 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44.03 g	3.15 g	1.37 g	70.16 g	1.05 g	0.59 g	46.01 g	2.04 g	1.38 g	65.77 g	6.13 g	0.20 g	58.83 g	6.24 g	0.55 g		

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

Fojtyik József  
.....  
Diétás szakács

Simonyi-Nagy Veronika  
.....  
Élelmezésvezető

