



Heti étlap 2020.11.30. - 2020.12.04.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00071) Laktózmentes 11 -14</b>	Zellerkrémleves , Pirított zsemlekocka, Csikós tokány, Párolt bulgur, Sütőtök			Szárnyasmájgaluska leves , Főtt tojás , Parajfőzelék LM, Félbarna kenyér TM, SZM, Banán			Magyaros karfiolleves LM, Tonhalas pelatti, Tészta köret 11-14, Narancs			Kertészleves , Vagdalt, Burgonyafőzelék LM, Mandarin			Sertésraguleves , Gránátos kocka TM, Kivi		
		Energia: 714,61 Kcal / 2 987,07 KJ			Energia: 722,25 Kcal / 3 019,01 KJ			Energia: 719,72 Kcal / 3 008,43 KJ			Energia: 819,54 Kcal / 3 425,68 KJ			Energia: 769,55 Kcal / 3 216,72 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		30,09 g	27,33 g	4,74 g	35,40 g	25,34 g	5,06 g	32,68 g	31,37 g	5,86 g	29,72 g	34,19 g	8,19 g	26,55 g	33,89 g	7,45 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
88,70 g	0,00 g	3,36 g	85,87 g	0,00 g	3,98 g	75,12 g	0,00 g	3,33 g	96,33 g	0,00 g	2,97 g	87,13 g	0,04 g	2,82 g		
1,9			1,3			1,4			1,3,9			1,3,9,(6)				

Benkovics Titanilla  
élelmezésvezet

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

