



### Heti étlap 2021.05.10. - 2021.05.14.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00484) Gyermek (15-18 év)</b>	Lebbencsleves , Kapros káposzta főzelék, Pulyka pörkölt			Zöldbableves , Tonhalas pelatti, Tészta köret , Reszelt sajt 15-18, Gyümölcslé 100% 0,2l-es			Csontleves , Eperlevél, Fejtett babfőzelék , Pipiropogós , Banán			Gombaleves, Meggymártás , Natúr sertésszelet, Burgonya sós féladag			Borscs leves, Túrótöltelikes gombóc, Tejföl 12 %		
		Energia: 698,66 Kcal / 2 920,40 KJ			Energia: 947,45 Kcal / 3 960,34 KJ			Energia: 651,12 Kcal / 2 721,68 KJ			Energia: 817,46 Kcal / 3 416,98 KJ			Energia: 1 055,69 Kcal / 4 412,78 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		29,62 g	32,73 g	7,89 g	34,31 g	42,84 g	15,60 g	37,14 g	24,44 g	4,96 g	34,00 g	32,77 g	9,35 g	37,00 g	36,48 g	14,52 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
69,83 g	0,10 g	6,38 g	104,17 g	0,05 g	6,77 g	69,70 g	0,10 g	8,10 g	93,89 g	21,53 g	7,75 g	140,62 g	20,03 g	2,24 g		
1,7			1,4,7,(6)			1,6,7,9,10,(3),(11),(12)			1,7			1,7,9				

Benkovic Titanilla    Dr Polyák Éva  
 ételmezésvezet                      dietetikus

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

