

Heti étlap 2021.09.27. - 2021.10.01.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00484) Gyermek (15-18 év)	Erőleves , Lencsefőzelék , Sült virsli			Csirkeraguleves, Káposztás tészta			Brokkolikrémleves , Rántott csirkemell, Tartármártás, Rizi bulgur			Bableves füstölt hússal, Túrós csusza			Zöldségleves , Tepsis burgonya, Fokhagymás csirke apró		
		Energia: 679.53 Kcal / 2,840.44 Kj			Energia: 710.90 Kcal / 2,971.56 Kj			Energia: 1,089.12 Kcal / 4,552.52 Kj			Energia: 1,027.91 Kcal / 4,296.66 Kj			Energia: 460.28 Kcal / 1,923.97 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		24.11 g	38.63 g	9.75 g	31.14 g	20.60 g	3.09 g	42.25 g	63.52 g	11.00 g	42.75 g	47.77 g	16.55 g	26.20 g	11.10 g	1.49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		57.91 g	14.97 g	6.52 g	98.90 g	14.18 g	6.44 g	90.40 g	2.25 g	7.40 g	105.40 g	0.12 g	10.04 g	62.31 g	0.23 g	4.65 g

Allergén jelölés magyarázat:

1 Glutén
2 Rák
3 Tojás
4 Hal

5 Földimogyoró
6 Szója
7 Tejtermék
8 Diófélék

9 Zeller
10 Mustár
11 Szezám
12 Kén-dioxid, szulfit

13 Csillagfűrt
14 Puhatestűek
15 Mesterséges édesítőszer
16 Édesgyökér

