

Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00656) Felnőtt menü BME RÓZSA LÓNYAY	Ebéd	Füst.csülkös kolbászos tejfölös burgonya, Káposztás tészta, Fehér búzakenyér kenyér			Sáfrányos zöldségleges eperlevéllel, Zöldborsós köményes sertésfalatok, Jázmin rizs			Vegyes gyümölcsleves, Rántott jércemell, Párolt rizs			Paradicsomleves, Rántott panírozott sajt, Zöldséges jázmin rizs			Fitness brokkolileves, Stefania vagdalt, Tört burgonya, Párolt káposzta		
		Energia: 1,157.70 Kcal / 4,839.19 Kj			Energia: 808.51 Kcal / 3,379.57 Kj			Energia: 1,214.38 Kcal / 5,076.11 Kj			Energia: 789.73 Kcal / 3,301.07 Kj			Energia: 606.75 Kcal / 2,536.22 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		34.62 g	43.13 g	11.14 g	34.80 g	25.67 g	4.81 g	48.66 g	56.72 g	12.67 g	14.40 g	34.31 g	3.75 g	31.33 g	21.23 g	4.01 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		155.75 g	17.67 g	6.72 g	108.50 g	0.07 g	4.73 g	125.49 g	24.98 g	1.29 g	104.73 g	20.00 g	3.81 g	71.48 g	1.27 g	5.90 g
		1,3,7,9,(6),(10),(12)			1,3,9,(10),(12)			1,7			1,3,7,9,(10)			1,3,9,(10)		