



Heti étlap 2023.03.06. - 2023.03.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Ebéd</b>	<b>(00484) Gyermek (15-18 év)</b>	Paradicsomleves , Csikós tokány, Gersli	Húsgombóclevés, Tejbedara 15-18, Kakaó szórat, Narancs	Kertészleves , Sajtmártás, Natúr sertésszelet, Kukoricás rizs	Csurgatott tojás leves , Burgonyafőzelék , Lecsós virsli, Alma	Legényfogó leves, Káposztás kocka										
		Energia: 867,05 Kcal / 3 624,27 KJ		Energia: 673,88 Kcal / 2 816,82 KJ		Energia: 1 032,55 Kcal / 4 316,06 KJ		Energia: 781,50 Kcal / 3 266,67 KJ		Energia: 657,46 Kcal / 2 748,18 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		30,15 g	31,60 g	5,98 g	22,61 g	6,46 g	3,07 g	46,90 g	53,05 g	14,95 g	21,67 g	48,41 g	11,98 g	26,18 g	14,09 g	2,40 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
113,98 g	14,09 g	2,37 g	129,54 g	15,03 g	1,75 g	90,77 g	0,09 g	8,23 g	63,02 g	0,04 g	4,36 g	105,25 g	20,03 g	3,29 g		

Benkovics Titanilla  
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

