

Heti étlap 2021.11.08. - 2021.11.12.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Tárkonyos zöldségleves, Vadas pulykaragu, Tészta köret	Csontleves, Rántott sajt, Párolt rizsköret, Tartármártás	Húsgaluska leves, Penne arrabiata, Reszelt trappista sajt, Alma	Fokhagyma krémleves, Levesgyöngy, Sztroganoff sertésragu, Petrezselymes burgonya	Lebbencsleves, Főtt virslis, Finomfőzelék, Félbarna kenyér
		Energia: 596.28 Kcal / 2,492.45 KJ	Energia: 788.86 Kcal / 3,297.43 KJ	Energia: 559.37 Kcal / 2,338.17 KJ	Energia: 627.89 Kcal / 2,624.58 KJ	Energia: 498.85 Kcal / 2,085.19 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
		36.61 g 19.14 g 1.03 g	36.27 g 32.27 g 1.24 g	23.01 g 12.08 g 2.66 g	27.57 g 33.05 g 9.12 g	20.30 g 16.38 g 2.69 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
	77.80 g 2.00 g 2.16 g	102.53 g 1.00 g 0.70 g	89.00 g 6.60 g 2.53 g	55.84 g 0.13 g 3.49 g	66.25 g 0.00 g 4.02 g	
	(00570) "A" MENÜ FELSŐ	Tárkonyos zöldségleves, Vadas pulykaragu, Tészta köret	Csontleves, Rántott sajt, Párolt rizsköret, Tartármártás	Húsgaluska leves, Penne arrabiata, Reszelt trappista sajt, Alma	Fokhagyma krémleves, Levesgyöngy, Sztroganoff sertésragu, Petrezselymes burgonya	Lebbencsleves, Főtt virslis, Finomfőzelék, Félbarna kenyér
		Energia: 623.55 Kcal / 2,606.44 KJ	Energia: 1,093.60 Kcal / 4,571.25 KJ	Energia: 796.06 Kcal / 3,327.53 KJ	Energia: 652.12 Kcal / 2,725.86 KJ	Energia: 543.11 Kcal / 2,270.20 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav
39.94 g 18.77 g 1.17 g		49.25 g 47.60 g 1.25 g	32.51 g 19.66 g 4.46 g	27.94 g 33.68 g 9.05 g	22.39 g 17.67 g 2.70 g	
Szénhidrát Cukor Só		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
82.42 g 2.00 g 2.39 g	133.97 g 1.50 g 1.69 g	118.50 g 9.10 g 4.98 g	59.54 g 0.15 g 3.33 g	72.28 g 0.00 g 4.25 g		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte