



Heti étlap 2021.09.06. - 2021.09.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Ebéd</b>	<b>(00162) Tej,tojás,szója,gl utén,olajos mag</b>	Brassói szárnyas aprópecsenye , Rántott leves	Fokhagymás csirkecomb, Majorannás burgonyafőzelék TM., Zöldséges daragaluskaleves	Fahéjas almaleves , Sztroganoff pulykaragu, Párolt barnarizs	Karalábéleves, Natur csirkemell, Tepsisburgonya, Párolt zöldségköret	Legényfogó leves, Gyümölcsös tejberizs										
		Energia: 656.72 Kcal / 2,745.09 Kj		Energia: 602.91 Kcal / 2,520.16 Kj		Energia: 724.58 Kcal / 3,028.74 Kj		Energia: 594.53 Kcal / 2,485.14 Kj		Energia: 610.37 Kcal / 2,551.35 Kj						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		24.78 g	31.14 g	3.16 g	28.65 g	20.89 g	1.70 g	29.26 g	16.02 g	1.29 g	36.15 g	17.93 g	0.90 g	21.65 g	29.15 g	16.81 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
63.45 g	0.00 g	3.55 g	69.80 g	0.00 g	4.30 g	117.80 g	2.44 g	5.95 g	66.03 g	0.00 g	4.26 g	65.53 g	4.92 g	2.76 g		

.....  
Készítette

.....  
Ellenőrizte

