



Heti étlap 2022.11.21. - 2022.11.25.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Ebéd</b>	<b>(00484) Gyermek (15-18 év)</b>	Hagymaleves , Bolognai spagetti, Reszelt sajt			Csurgatott tojás leves , BBQ csirkecomb, Párolt zöldség , Alma			Sütőtök krémleves, Bácskai rizseshús, Tökmag, Mongol saláta			Olasz zöldségleves , Zöldbúzseres halpogácsa, Zöldbabfőzelék , Félbarna kenyér			Lencsegulyás, Túrótöltelékes gombóc, Tejföl 12 %, Porcukor, Félbarna kenyér		
		Energia: 883,34 Kcal / 3 692,36 KJ			Energia: 677,19 Kcal / 2 830,65 KJ			Energia: 852,49 Kcal / 3 563,41 KJ			Energia: 614,23 Kcal / 2 567,48 KJ			Energia: 1 421,12 Kcal / 5 940,28 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		41,15 g	45,97 g	18,59 g	54,00 g	32,00 g	5,33 g	27,77 g	40,12 g	9,80 g	27,79 g	32,97 g	6,94 g	52,89 g	48,51 g	11,56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
75,41 g	0,21 g	5,94 g	42,05 g	0,35 g	5,73 g	94,04 g	9,99 g	3,89 g	50,13 g	0,21 g	5,08 g	188,81 g	15,04 g	2,55 g		
1,7,9			1,3,(6),(7),(10),(12)			1,7,15,(8),(11),(12)			1,3,4,7,9			1,7,9,10,(12)				

Benkovics Titanilla  
élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

