



Heti étlap 2023.03.13. - 2023.03.17.

		hétfő	kedd	csütörtök	péntek								
<b>Ebéd</b>	<b>(00484) Gyermek (15-18 év)</b>	Zellerkrémleves , Zöldborsós csirkemáj, Petrezselymes burgonya, Napraforgómag, Vitaminsaláta	Zabgaluskaleves, Chilisbab, Teljes kiőrlésű kenyér, Alma	Almaleves , Tarhonyáshús , Céklasaláta	Frankfurti jellegű leves, Tészta köret , Mák szórat								
		Energia: 946,18 Kcal / 3 955,03 Kj	Energia: 633,83 Kcal / 2 649,41 Kj	Energia: 776,57 Kcal / 3 246,06 Kj	Energia: 870,28 Kcal / 3 637,77 Kj								
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		43,84 g	48,39 g	7,14 g	26,31 g	30,85 g	8,23 g	26,73 g	32,46 g	10,43 g	29,46 g	40,09 g	11,03 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		81,16 g	0,03 g	4,22 g	61,53 g	1,03 g	3,76 g	86,63 g	25,47 g	2,94 g	96,72 g	14,99 g	4,25 g
1,7,9,12,15			1,3			1,7,15			1,7,9,(6),(10)				

Benkovics Titanilla  
Élelmezésvezető

Az étlapváltozás jogát fenntartjuk!

