

Heti étlap 2021.11.29. - 2021.12.03.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00350) Zsírsegény	Húsgombóclevés park zsirsz., Sajtos tészta zsírseg., Alma*	Zöldséglevés gon, Natúr sertésborda zsirsz., párolt rizs *gon, Őszibarackbefőtt (hámozott)*	Daragaluska leves gkp, Csirkeragu zsirsz., Tészta köret, Uborka (csemege)*	Sertésraguleves, Almás rétes (pékség)*	Burgonya gombóclevés zsirsz., Sertés sült, Vegyes gyümölcsmártás mir.x, Félbarna kenyér*
		Energia: 250,52 Kcal / 1 047,17 KJ	Energia: 728,41 Kcal / 3 044,75 KJ	Energia: 722,61 Kcal / 3 020,51 KJ	Energia: 665,42 Kcal / 2 781,46 KJ	Energia: 705,92 Kcal / 2 950,75 KJ
		Fehérje 35,15 g Zsír 29,57 g T.Zsírsv 10,89 g	Fehérje 29,15 g Zsír 11,74 g T.Zsírsv 2,96 g	Fehérje 41,44 g Zsír 17,35 g T.Zsírsv 3,38 g	Fehérje 32,39 g Zsír 8,23 g T.Zsírsv 1,95 g	Fehérje 40,92 g Zsír 20,60 g T.Zsírsv 7,87 g
		Szénhidrát 94,99 g Cukor 0,00 g Só 5,73 g	Szénhidrát 125,37 g Cukor 14,00 g Só 0,60 g	Szénhidrát 99,30 g Cukor 0,00 g Só 3,42 g	Szénhidrát 118,61 g Cukor 0,00 g Só 3,48 g	Szénhidrát 109,95 g Cukor 19,98 g Só 2,72 g

.....
Élelmezésvezető

.....
Dietetikus

.....
Főszakács