

Heti étlap 2023.02.06. - 2023.02.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00486) Felnőtt (70 év felett)	Zöldborsóleves mir. , Húsos metélt gkp	Magyaros májgombóc leves *, Pulyka vagdalt, Burgonya főzelék	Pírított tészta leves, Rántott hal gkp, Zöldséges bulgur gon, Majonéz (vödrös)*	Medvehagymás csirkeragu leves*, Sajtos makaróni gkp, Körte*	Meggyleves mir.+bef, Csirkeragu x, Petrezselymes rizsköret gon
		Energia: 672,54 Kcal / 2 811,22 KJ	Energia: 628,03 Kcal / 2 625,17 KJ	Energia: 729,98 Kcal / 3 051,32 KJ	Energia: 709,92 Kcal / 2 967,47 KJ	Energia: 547,40 Kcal / 2 288,13 KJ
		Fehérje 31,22 g Zsír 30,13 g T.Zsír 8,46 g	Fehérje 30,93 g Zsír 36,00 g T.Zsír 7,18 g	Fehérje 14,60 g Zsír 50,88 g T.Zsír 6,32 g	Fehérje 36,73 g Zsír 33,16 g T.Zsír 9,47 g	Fehérje 34,39 g Zsír 8,68 g T.Zsír 1,13 g
		Szénhidrát 67,38 g Cukor 0,00 g Só 5,16 g	Szénhidrát 82,55 g Cukor 0,00 g Só 4,03 g	Szénhidrát 82,84 g Cukor 0,00 g Só 1,01 g	Szénhidrát 78,89 g Cukor 0,00 g Só 2,52 g	Szénhidrát 109,01 g Cukor 14,99 g Só 2,28 g

.....
Élelmezésvezető

.....
Dietetikus

.....
Főszakács

