

Heti étlap 2023.02.06. - 2023.02.10.

| | | hétfő | kedd | szerda | csütörtök | péntek |
|-------------|-----------------------------------|---|---|--|--|--|
| Ebéd | (00100) Diab. 180g Gkp | Zöldborsóleves mir. isk.diab., Bolognai spagetti diab.40g | Daragaluska leves gkp, bakonyi pulykacomb diab.x, Főtt burgonya diab, Uborka (csemege)* | Pirított tészta leves, Rántott hal diab.*, Párolt zöldség, Őszibarackbefőtt (diabetikus) | Májgaluska leves diab. *, Sajtos makaróni 50gr.diab, Mandarin* | Meggyleves mir.diab.isk., Csirkeragu x, Zöldséges rizs diab(brok-karf) |
| | | Energia: 505,74 Kcal / 2 113,99 Kj | Energia: 501,91 Kcal / 2 097,98 Kj | Energia: 551,84 Kcal / 2 306,69 Kj | Energia: 288,88 Kcal / 1 207,52 Kj | Energia: 206,96 Kcal / 865,09 Kj |
| | | Fehérje 35,60 g Zsír 30,85 g T.Zsírsav 12,50 g | Fehérje 29,44 g Zsír 20,36 g T.Zsírsav 5,50 g | Fehérje 32,06 g Zsír 33,25 g T.Zsírsav 4,56 g | Fehérje 23,65 g Zsír 17,61 g T.Zsírsav 7,98 g | Fehérje 29,59 g Zsír 4,06 g T.Zsírsav 1,09 g |
| | | Szénhidrát 56,06 g Cukor 0,00 g Só 2,45 g | Szénhidrát 49,03 g Cukor 0,00 g Só 3,51 g | Szénhidrát 57,02 g Cukor 0,02 g Só 2,80 g | Szénhidrát 52,95 g Cukor 0,00 g Só 1,05 g | Szénhidrát 42,01 g Cukor 0,00 g Só 2,23 g |
| | | | | | | |

.....
Élelmezésvezető

.....
Dietetikus

.....
Főszakács

