

## Heti étlap 2023.02.06. - 2023.02.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Ebéd</b>	<b>(01004) Vendég</b>	Zöldborsóleves mir. , Bolognai spagetti	Magyaros májgombóc leves *, Pulyka vagdalt, Burgonya főzelék	Pirított tészta leves, Rántott hal, Zöldséges bulgur, Majonéz (vödrös)*	Medvehagymás csirkeragu leves*, Sajtos makaróni , Körte*	Meggyleves mir.+bef, Csirkeragu x, Petrezselymes rizsköret ***
		Energia: 667,96 Kcal / 2 792,07 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 37,09 g Zsír 33,40 g T.Zsírsv 12,84 g	Fehérje 30,93 g Zsír 36,00 g T.Zsírsv 7,18 g	Fehérje 14,60 g Zsír 50,88 g T.Zsírsv 6,32 g	Fehérje 36,73 g Zsír 33,16 g T.Zsírsv 9,47 g	Fehérje 34,39 g Zsír 8,68 g T.Zsírsv 1,13 g
		Szénhidrát 53,58 g Cukor 1,40 g Só 3,02 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 4,64 g

.....  
Élelmezésvezető

.....  
Dietetikus

.....  
Főszakács

