



### Heti étlap 2019.01.14 - 2019.01.18

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>(00157) Szigorú all. gyermek</b>	<b>Ebéd</b>	Burgonyás tészta x, Tárkonyos sertés raguleves, Alma			Parajfőzelék all szig, Húsleves LÉ., Banán			Karfiollevés *mir.* , Bácskai rizseshús szig, Céklasaláta isk, Mandarin			Gombaleves mir.all. LÉ x, Almakompót isk, Rostonhal szig, Narancs, Burgonyapüré			Grill csirkecomb , Meggyleves mir. isk, Párolt rizs vegyes mir , Káposzta saláta, Alma		
		Energia: 862,40 Kcal / 3 604,83 KJ			Energia: 418,83 Kcal / 1 750,71 KJ			Energia: 602,97 Kcal / 2 520,41 KJ			Energia: 825,15 Kcal / 3 449,13 KJ			Energia: 783,80 Kcal / 3 276,28 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		26,68 g	34,87 g	9,83 g	23,55 g	13,52 g	3,14 g	25,89 g	17,94 g	3,37 g	26,11 g	31,76 g	5,51 g	38,70 g	15,71 g	2,53 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
107,62 g	0,00 g	1,87 g	71,26 g	0,00 g	3,49 g	87,56 g	9,99 g	5,95 g	105,07 g	19,98 g	4,93 g	118,57 g	10,99 g	2,84 g		

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

