








Heti étlap 2019.01.21 - 2019.01.25

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00350) Zsirszegény	Ebéd	Májgaluska leves , sertés ragu tárkonyos diéta, Céklasaláta, párolt rizs *			Alma, Daragaluska leves, Zöldborsófőzelékpüré , Sült csirkemell			Húsleves , Vadasmártás, spagetti ,makaróni főtt, Narancs			Sertésraguleves, Tejberizs szórattal, Alma			fokhagymás pulykaapró, Tört burgonya, eperkrémleves, Csemege uborka, Narancs		
		Energia: 803,53 Kcal / 3 358,76 KJ			Energia: 562,34 Kcal / 2 350,58 KJ			Energia: 905,58 Kcal / 3 785,32 KJ			Energia: 845,15 Kcal / 3 532,73 KJ			Energia: 780,66 Kcal / 3 263,16 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		31,83 g	27,40 g	7,89 g	38,95 g	15,47 g	3,37 g	39,67 g	36,74 g	11,64 g	42,85 g	21,47 g	8,29 g	32,59 g	19,31 g	5,14 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
106,12 g	9,99 g	5,58 g	65,76 g	0,00 g	1,35 g	101,65 g	0,00 g	1,73 g	125,19 g	21,98 g	3,69 g	115,11 g	26,57 g	2,89 g		
																

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

