



Heti étlap 2018.05.21 - 2018.05.25

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	Tízórai	Tej , Kenőmájás Gyulai, Félbarna kenyér, Pritamin paprika			Párizsi, Zsemle rozsos, Paradicsom, Margarin , Tej			Virsli , Félbarna kenyér, Mustár , Citromos tea			Vajkrém , metélőhagymás, Félbarna kenyér, TV paprika, Citromos tea			Gyümölcsjoghurt, Stangli		
		Energia: 352,80 Kcal / 1 474,70 KJ			Energia: 359,62 Kcal / 1 503,21 KJ			Energia: 343,82 Kcal / 1 437,17 KJ			Energia: 212,34 Kcal / 887,58 KJ			Energia: 294,57 Kcal / 1 231,30 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		17,81 g	12,00 g	5,43 g	15,76 g	13,80 g	5,03 g	13,63 g	13,80 g	4,60 g	6,36 g	1,49 g	0,41 g	11,26 g	8,39 g	4,62 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	42,97 g	0,00 g	2,30 g	42,67 g	0,00 g	1,42 g	40,82 g	9,99 g	2,88 g	43,43 g	9,99 g	1,20 g	42,90 g	12,99 g	0,49 g	
	Ebéd	legényfogó leves, bolognai spagetti			Kertészleves mir., Vagdalt , Tökfőzelék , Félbarna kenyér			Brokkolikrémleves , Csemege uborka, Félbarna kenyér, Serpenyős burgonya			Csontleves tésztabetéttel isk, csirkemell roston, Burgonyapüré			scsí leves, túróslapény		
		Energia: 727,24 Kcal / 3 039,86 KJ			Energia: 707,33 Kcal / 2 956,64 KJ			Energia: 730,57 Kcal / 3 053,78 KJ			Energia: 483,14 Kcal / 2 019,53 KJ			Energia: 720,91 Kcal / 3 013,40 KJ		
Fehérje		Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
43,48 g		28,74 g	8,16 g	29,19 g	30,19 g	8,53 g	27,59 g	19,32 g	6,30 g	30,66 g	14,71 g	2,24 g	25,32 g	46,61 g	15,60 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
72,60 g	1,60 g	3,01 g	78,81 g	7,99 g	3,62 g	109,74 g	0,00 g	4,35 g	55,92 g	0,00 g	4,79 g	49,09 g	9,99 g	2,61 g		





Heti étlap 2018.05.21 - 2018.05.25

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
(00482) Gyermek (7-10 , 11-14év)	Uzsonna	Croissant csokis tasakos, Mandarin			Kalács , Túrókrém édes , Alma			Kakaócsiga, Banán			Tavaszi felvágott, Margarin , Paradicsom, Császárzsemle, Kiwi			korpás zsemle, Citromos tea , sajtmeister háromszög sajt		
		Energia: 220,45 Kcal / 921,48 Kj			Energia: 351,60 Kcal / 1 469,69 Kj			Energia: 378,67 Kcal / 1 582,84 Kj			Energia: 430,30 Kcal / 1 798,65 Kj			Energia: 239,47 Kcal / 1 000,98 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		3,38 g	12,08 g	3,76 g	16,29 g	9,33 g	4,87 g	5,60 g	12,84 g	0,08 g	14,45 g	11,83 g	3,55 g	7,13 g	4,22 g	2,05 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
23,96 g	5,93 g	0,31 g	49,67 g	10,99 g	0,99 g	74,10 g	0,00 g	1,15 g	65,23 g	0,00 g	2,61 g	42,96 g	9,99 g	0,39 g		

.....
Élelmezési osztályvezet

.....
Vezet dietetikus

.....
Gazdaságvezet

