

Heti étlap 2020.08.31. - 2020.09.04.

| | | kedd | szerda | csütörtök | péntek |
|-----------------------------------|--|---|---|---|------------------------------------|
| (00483) Gyermek (7-14) | Tízórai | Gabonapehely, Tej | Joghurt, Kifli | Kenyér , Májkrém, Paprika, Tea | Tea , Körözött, Kenyér |
| | | Energia: 342,63 Kcal / 1 432,19 Kj | Energia: 177,21 Kcal / 740,74 Kj | Energia: 357,19 Kcal / 1 493,05 Kj | Energia: 550,78 Kcal / 2 302,26 Kj |
| | | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv |
| | | 16,20 g 9,40 g 4,56 g | 9,80 g 0,48 g 0,16 g | 10,01 g 2,12 g 0,00 g | 22,10 g 10,06 g 3,42 g |
| | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | |
| | 47,90 g 0,00 g 0,34 g | 32,74 g 0,00 g 0,50 g | 73,89 g 19,98 g 1,23 g | 92,18 g 19,98 g 80,41 g | |
| | | | | | |
| | Ebéd | Csontleves, Roston sült csirkemellfilé, Tört burgonya | Paradicsom leves, Tészta köret, Sertés apró, Savanyúság | Gyümölcs leves, Zöldborsófőzelék, Sült csirkecomb | Frankfurti leves, Mákos tészta |
| | | Energia: 443,36 Kcal / 1 853,24 Kj | Energia: 930,85 Kcal / 3 890,95 Kj | Energia: 2 128,03 Kcal / 8 895,17 Kj | Energia: 929,55 Kcal / 3 885,52 Kj |
| | | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv |
| | | 11,68 g 14,58 g 1,48 g | 35,08 g 42,70 g 6,48 g | 94,83 g 37,00 g 6,93 g | 31,19 g 36,82 g 7,84 g |
| | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | |
| 65,14 g 0,00 g 7,94 g | 100,10 g 11,99 g 10,68 g | 348,74 g 5,00 g 85,29 g | 117,17 g 29,97 g 10,27 g | | |
| | | | | | |
| Uzsonna | Vajkrém natur, Olasz felvágott, Paradicsom, Zsemle | Margarin, Kenyér , Házi Kolbász, Uborka | Zsemle, Margarin, Csirkemell sonka | Ivólé, Kakaós kalács | |
| | Energia: 744,22 Kcal / 3 110,84 Kj | Energia: 420,10 Kcal / 1 756,02 Kj | Energia: 279,24 Kcal / 1 167,22 Kj | Energia: 1 520,31 Kcal / 6 354,90 Kj | |
| | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | Fehérje Zsír T.Zsírsv | |
| | 16,41 g 57,09 g 25,09 g | 17,66 g 15,30 g 4,87 g | 14,77 g 7,83 g 1,78 g | 45,46 g 37,69 g 19,17 g | |
| Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | Szénhidrát Cukor Só | | |
| 40,30 g 0,00 g 3,08 g | 52,43 g 0,00 g 2,87 g | 37,07 g 0,00 g 2,28 g | 240,50 g 9,99 g 88,57 g | | |





Heti étlap 2020.08.31. - 2020.09.04.

| | | kedd | szerda | csütörtök | péntek |
|---------------------------|---------|------|--------|-----------|--------|
| (00483) Gyermek (7-14) | Uzsonna | | | | |

.....
Élelmezési osztv.

.....
Vezet dietetikus

.....
Gazdaságvezet

