



Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00017) Gimnázium	Csokonai raguleves, Főtt tészta, Mákszórás	Rizsleves, Fasírt golyók, Paradicsomos káposzta, Félbarna kenyér, Alma	Gombakrémleves, Levesgyöngy, Rizseshús, Cékla	Köménymaglevés, Kenyérkocka, Barbecue cs.ragu, Zöldséges kuszkus	Árpagyöngy leves, Főtt tojás, Szárazbabfőzelék, Félbarna kenyér
		Energia: 671,29 Kcal / 2 805,99 Kj	Energia: 539,82 Kcal / 2 256,45 Kj	Energia: 653,22 Kcal / 2 730,46 Kj	Energia: 556,76 Kcal / 2 327,26 Kj	Energia: 608,06 Kcal / 2 541,69 Kj
		Fehérje 22,51 g Zsír 17,12 g T.Zsírsvav 3,18 g	Fehérje 18,74 g Zsír 20,43 g T.Zsírsvav 4,75 g	Fehérje 18,87 g Zsír 24,76 g T.Zsírsvav 6,37 g	Fehérje 29,16 g Zsír 12,19 g T.Zsírsvav 1,94 g	Fehérje 30,89 g Zsír 17,12 g T.Zsírsvav 3,54 g
		Szénhidrát 105,93 g Cukor 14,99 g Só 2,17 g	Szénhidrát 68,28 g Cukor 7,99 g Só 1,93 g	Szénhidrát 87,42 g Cukor 6,03 g Só 3,36 g	Szénhidrát 82,40 g Cukor 4,05 g Só 2,90 g	Szénhidrát 82,16 g Cukor 3,00 g Só 2,01 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

