Heti étlap 2025.08.04. - 2025.08.08.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	**(00018) Szoc. étkezés**	Daragaluska leves , Zöldborsófőzelék , Főtt tojás			Karalábéleves , Sertés pörkölt , Orsó tészta, Káposzta saláta			Tarhonyaleves zöldséges , Paradicsomos káposzta , Fasírt golyók, Félbarna kenyér			Tojásleves , Hentes tokány , Párolt rizsköret			Gulyásleves , Tejbedara , Kakaószórat , Félbarna kenyér		
		Energia: 365,85 Kcal / 1 529,25 Kj			Energia: 681,23 Kcal / 2 847,54 Kj			Energia: 583,99 Kcal / 2 441,08 Kj			Energia: 688,18 Kcal / 2 876,59 Kj			Energia: 676,84 Kcal / 2 829,19 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		18,94 g	16,05 g	3,15 g	28,36 g	22,11 g	6,38 g	21,55 g	22,14 g	5,40 g	25,43 g	30,73 g	8,92 g	22,79 g	9,43 g	2,49 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		35,99 g	5,00 g	0,41 g	91,70 g	1,32 g	2,95 g	72,18 g	8,21 g	4,02 g	74,33 g	0,00 g	1,70 g	123,74 g	31,91 g	1,33 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!