



Heti étlap 2024.03.04. - 2024.03.08.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00018) Szoc. étkezés	Hamis legényfogóleves, Carbonare spagetti	Magyaros zellerleves , Sárgaborsó főzelék , Sertés pörkölt	Tarhonyaleves zöldséges , Édes-savanyú csirkeragu, Párolt rizsköret	Tojásleves , Főtt virsli , Finomfőzelék	Gyümölcskrémleves, Pusztapörkölt, Mongol saláta										
		Energia: 502,98 Kcal / 2 102,46 KJ		Energia: 710,99 Kcal / 2 971,94 KJ		Energia: 578,07 Kcal / 2 416,33 KJ		Energia: 426,03 Kcal / 1 780,81 KJ		Energia: 551,58 Kcal / 2 305,60 KJ						
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		26,94 g	8,88 g	2,82 g	35,50 g	35,25 g	10,49 g	19,94 g	16,29 g	3,38 g	21,50 g	21,18 g	5,83 g	18,18 g	16,24 g	4,90 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		78,04 g	0,00 g	1,66 g	58,99 g	0,88 g	3,03 g	86,09 g	0,22 g	3,02 g	36,77 g	2,00 g	2,28 g	81,14 g	13,25 g	0,11 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

