



### Heti étlap 2025.03.24. - 2025.03.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Ebéd</b>	<b>(00017) Gimnázium</b>	Húsgaluska leves , Főtt tészta, Tejföl, Reszelt sajt, Gyümölcs	Rizsleves, Paprikás burgonya virslivel, Csemege uborka	Lebbencsleves, Fokhagymás csirkeapró, Zöldbabfőzelék , Félbarna kenyér	Minestra leves , Sárgarépás rizseshús , Céklasaláta	Sajtgaluska leves , Natúr vagdalt (ripp-ropp) , Paradicsomos káposzta , Félbarna kenyér										
		Energia: 605,58 Kcal / 2 531,32 KJ	Energia: 436,42 Kcal / 1 824,24 KJ	Energia: 485,44 Kcal / 2 029,14 KJ	Energia: 713,63 Kcal / 2 982,97 KJ	Energia: 403,02 Kcal / 1 684,62 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		21,51 g	17,72 g	5,71 g	12,26 g	14,85 g	4,74 g	29,90 g	11,55 g	2,24 g	20,55 g	25,30 g	6,94 g	25,80 g	18,42 g	5,51 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		89,33 g	0,00 g	2,27 g	57,36 g	0,44 g	2,48 g	62,62 g	3,26 g	6,03 g	102,11 g	6,14 g	5,12 g	66,33 g	7,99 g	5,39 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

