



Heti étlap 2025.06.16. - 2025.06.20.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00017) Gimnázium	Rizsleves, Fejtett babfőzelék , Fokhagymás sertésragu, Félbarna kenyér	Zellerkrémleves , Kölesgolyó, Burgonya főzelék , Sült virsli, Alma	Gulyásleves , Főtt tészta, Dejósórat	Tarhonyaleves zöldséges , Natúr sertésszelet, Meggymártás , Főtt burgonya 1/2	Gyümölcsleves , Zöldséges csirkés rizottó , Reszelt sajt										
		Energia: 754,00 Kcal / 3 151,72 KJ	Energia: 590,35 Kcal / 2 467,66 KJ	Energia: 641,79 Kcal / 2 682,68 KJ	Energia: 522,42 Kcal / 2 183,72 KJ	Energia: 625,74 Kcal / 2 615,59 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		34,40 g	25,21 g	7,04 g	18,16 g	23,26 g	7,70 g	19,24 g	13,27 g	1,09 g	23,93 g	14,07 g	4,31 g	23,13 g	16,14 g	5,99 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		94,68 g	3,00 g	1,38 g	74,54 g	1,00 g	1,44 g	109,39 g	16,67 g	1,26 g	72,16 g	10,21 g	4,35 g	96,12 g	15,43 g	3,80 g
		    	    	   	   	   										

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

