



Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Ebéd	(00018) Szoc. étkezés	Bagolyborsóleves, Kukoricás csirkeragu, Párolt bulgur	Gombaleves , Sertés aprópecsenye , Zöldbabfőzelék , Félbarna kenyér	Gulyásleves , Aranygaluska, Vanília öntet , Alma , Félbarna kenyér	Paradicsom leves, Halrudacska , Párolt rizsköret , Csíki mártás	Daragaluska leves , Csirke pörkölt , Lencsefőzelék , Félbarna kenyér	
		Energia: 506,40 Kcal / 2 116,75 KJ	Energia: 477,78 Kcal / 1 997,12 KJ	Energia: 346,94 Kcal / 1 450,21 KJ	Energia: 838,53 Kcal / 3 505,06 KJ	Energia: 679,92 Kcal / 2 842,07 KJ	
		Fehérje 27,57 g Zsír 9,60 g T.Zsírsv 0,98 g	Fehérje 18,75 g Zsír 27,20 g T.Zsírsv 7,81 g	Fehérje 9,65 g Zsír 5,39 g T.Zsírsv 0,84 g	Fehérje 26,21 g Zsír 41,03 g T.Zsírsv 2,05 g	Fehérje 41,49 g Zsír 17,15 g T.Zsírsv 4,10 g	
		Szénhidrát 80,29 g Cukor 0,24 g Só 3,22 g	Szénhidrát 35,83 g Cukor 3,22 g Só 3,56 g	Szénhidrát 62,98 g Cukor 8,93 g Só 1,15 g	Szénhidrát 116,83 g Cukor 10,35 g Só 2,01 g	Szénhidrát 78,01 g Cukor 3,35 g Só 0,92 g	

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

