



Ebéd

(00017)
Gimnázium

hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Zöldborsóleves , Rántott csirke, Petrezselymes burgonya			Tárkonyos csirkeraguleves, Főtt tészta, Dejőszórat , Félbarna kenyér			Gombaleves tejfölös, Lecsós csirkeragu, Párolt rizsköret , Alma			Májgaluska leves , Főtt tojás, Sós kamártás , Főtt burgonya 1/2, Félbarna kenyér			Pirított tészta leves, Csirkemell csíkok , Lencsefőzelék		
Energia: 510,13 Kcal / 2 132,34 KJ			Energia: 712,95 Kcal / 2 980,13 KJ			Energia: 555,84 Kcal / 2 323,41 KJ			Energia: 654,41 Kcal / 2 735,43 KJ			Energia: 681,82 Kcal / 2 850,01 KJ		
Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
33,70 g	7,63 g	1,17 g	29,41 g	14,46 g	1,08 g	23,41 g	11,06 g	1,91 g	34,99 g	15,52 g	4,51 g	46,82 g	16,09 g	3,62 g
Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
74,98 g	0,00 g	2,51 g	115,42 g	16,23 g	2,93 g	88,94 g	1,54 g	3,58 g	91,85 g	14,99 g	2,79 g	76,11 g	3,00 g	3,00 g
  			   			   			   			 		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!