



Heti étlap 2025.02.03. - 2025.02.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00017) Gimnázium	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: 532,31 Kcal / 2 225,06 KJ	Energia: 477,78 Kcal / 1 997,12 KJ	Energia: 346,94 Kcal / 1 450,21 KJ	Energia: 821,21 Kcal / 3 432,66 KJ	Energia: 738,93 Kcal / 3 088,73 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
		28,77 g 8,78 g 0,88 g	18,75 g 27,20 g 7,81 g	9,65 g 5,39 g 0,84 g	25,81 g 41,02 g 2,05 g	42,62 g 19,53 g 4,32 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
87,89 g 0,24 g 2,73 g	35,83 g 3,22 g 3,56 g	62,98 g 8,93 g 1,15 g	112,96 g 10,35 g 2,01 g	86,18 g 3,35 g 0,93 g		

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

