



Heti étlap 2025.01.27. - 2025.01.31.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00017) Gimnázium	Tárkonyos sertésraguleves, Darásmetélt, Lekvár	Vajgaluska leves, Panírozott Dino szelet, Brokkolifőzelék, Félbarna kenyér	Karfiollevés, Paradicsomos halas penne, Reszelt sajt, Alma	Reszelt tésztaleves, Édes chilis bab, Félbarna kenyér	Árpagyöngy leves, Csirke pörkölt, Zöldborsófőzelék, Félbarna kenyér										
		Energia: 565,94 Kcal / 2 365,63 KJ	Energia: 476,60 Kcal / 1 992,19 KJ	Energia: 567,15 Kcal / 2 370,69 KJ	Energia: 410,41 Kcal / 1 715,51 KJ	Energia: 567,19 Kcal / 2 370,85 KJ										
		Fehérje 15,19 g	Zsír 9,63 g	T.Zsírsv 1,42 g	Fehérje 18,92 g	Zsír 21,09 g	T.Zsírsv 5,09 g	Fehérje 18,35 g	Zsír 11,75 g	T.Zsírsv 2,69 g	Fehérje 20,28 g	Zsír 5,78 g	T.Zsírsv 0,51 g	Fehérje 30,74 g	Zsír 21,44 g	T.Zsírsv 3,30 g
		Szénhidrát 104,97 g	Cukor 17,60 g	Só 1,53 g	Szénhidrát 52,21 g	Cukor 0,96 g	Só 3,46 g	Szénhidrát 96,39 g	Cukor 3,00 g	Só 0,26 g	Szénhidrát 68,91 g	Cukor 0,00 g	Só 1,50 g	Szénhidrát 62,61 g	Cukor 5,35 g	Só 1,19 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

