



Heti étlap 2025.09.01. - 2025.09.05.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00017) Gimnázium	Májgaluska leves , Piskóta kocka, Csokiöntet , Alma	Csontleves , Tavaszi sertésragu, Tökfőzelék, Teljes kiőrlésű kenyér , Menü süti	Pírtott tésztaleves, Húsgombóc , Gyümölcsmártás , Főtt burgonya	Zöldség leves, Fokhagymás csirkeapró, Sárgaborsó főzelék , Teljes kiőrlésű kenyér	Paradicsom leves, Rántott halrud , Petrezselymes rizs , Savanyúság										
		Energia: 576,57 Kcal / 2 410,06 KJ	Energia: 565,71 Kcal / 2 364,67 KJ	Energia: 724,53 Kcal / 3 028,54 KJ	Energia: 582,99 Kcal / 2 436,90 KJ	Energia: 945,80 Kcal / 3 953,44 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		28,81 g	16,81 g	2,71 g	13,04 g	21,08 g	2,97 g	23,01 g	21,82 g	6,89 g	39,06 g	15,42 g	3,14 g	26,37 g	54,76 g	3,15 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		75,09 g	9,99 g	0,82 g	78,63 g	3,00 g	4,45 g	107,36 g	16,43 g	2,12 g	67,76 g	0,44 g	5,64 g	112,96 g	5,00 g	2,89 g

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!