

Delirest

Heti étlap 2024.02.26. - 2024.03.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Zöldborsóleves, Carbonara ragu, Tészta köret, Reszelt trappista sajt	Francia hagymaleves, Rakott káposzta	Lebbencsleves, Rántott dinó ropogós, Finomfőzelék	Dubbary krémleves, Pirított hagyma, Burgundi sertésragu, Petrezselymes burgonya	Palócleves, Teljes kiőrlésű kenyér, Tészta, Mákos szórát										
		Energia: 622.74 Kcal / 2,603.05 Kj	Energia: 467.10 Kcal / 1,952.48 Kj	Energia: 445.51 Kcal / 1,862.23 Kj	Energia: 572.31 Kcal / 2,392.26 Kj	Energia: 870.91 Kcal / 3,640.40 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		27.06 g	23.28 g	6.25 g	23.43 g	28.94 g	8.07 g	16.17 g	16.27 g	0.01 g	24.48 g	29.19 g	5.90 g	33.49 g	27.38 g	5.25 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		76.16 g	4.10 g	0.89 g	35.63 g	0.01 g	0.81 g	57.23 g	0.71 g	0.44 g	49.05 g	0.23 g	2.48 g	122.17 g	22.38 g	1.09 g
Ebéd	(00570) "A" MENÜ FELSŐ	Zöldborsóleves, Carbonara ragu gy, Tészta köret, Reszelt trappista sajt	Francia hagymaleves, Rakott káposzta	Lebbencsleves, Rántott dinó ropogós, Finomfőzelék	Dubbary krémleves, Pirított hagyma, Burgundi sertésragu, Petrezselymes burgonya	Palócleves, Teljes kiőrlésű kenyér, Tészta, Mákos szórát										
		Energia: 660.52 Kcal / 2,760.97 Kj	Energia: 507.78 Kcal / 2,122.52 Kj	Energia: 489.77 Kcal / 2,047.24 Kj	Energia: 645.64 Kcal / 2,698.78 Kj	Energia: 918.52 Kcal / 3,839.41 Kj										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		31.66 g	21.26 g	7.92 g	22.70 g	32.23 g	8.40 g	18.26 g	17.56 g	0.02 g	28.32 g	33.10 g	6.71 g	36.91 g	30.25 g	6.10 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		85.61 g	4.60 g	4.03 g	38.19 g	0.01 g	0.99 g	63.26 g	0.71 g	0.47 g	54.71 g	0.27 g	3.12 g	125.04 g	22.38 g	1.20 g

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte

Delirest

Heti étlap 2024.02.26. - 2024.03.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Gyümölcsstea, Vajkrém magyaros , Lilahagyma tisztított, Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaó, Margarin , Kakaós kalács	Tej, Tojáskrém , Teljes kiőrlésű kenyér	Házi gyümölcsös joghurtGY, Kifli	Gyümölcsstea, Párizsi, Margarin , Teljes kiőrlésű kenyér
		Energia: 220.99 Kcal / 923.74 KJ	Energia: 242.14 Kcal / 1,012.15 KJ	Energia: 248.14 Kcal / 1,037.23 KJ	Energia: 240.84 Kcal / 1,006.71 KJ	Energia: 183.98 Kcal / 769.04 KJ
		Fehérje 4.41 g Zsír 7.99 g T.Zsír 0.48 g	Fehérje 10.33 g Zsír 13.28 g T.Zsír 3.36 g	Fehérje 13.76 g Zsír 10.55 g T.Zsír 4.23 g	Fehérje 10.56 g Zsír 5.49 g T.Zsír 3.06 g	Fehérje 6.63 g Zsír 10.68 g T.Zsír 2.75 g
		Szénhidrát 32.53 g Cukor 11.19 g Só 0.43 g	Szénhidrát 35.16 g Cukor 9.74 g Só 0.26 g	Szénhidrát 30.91 g Cukor 0.25 g Só 0.89 g	Szénhidrát 36.20 g Cukor 4.08 g Só 0.68 g	Szénhidrát 30.41 g Cukor 9.99 g Só 0.44 g
Uzsonna	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Zala felvágott, Margarin , Zsemle	Jam, Margarin , Teljes kiőrlésű zsemle	Csemege szalámi, Margarin , Csemege uborka, Zsemle	Tavaszi túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Kockasajt, Sárgarépa, Kifli
		Energia: 196.54 Kcal / 821.54 KJ	Energia: 195.16 Kcal / 815.77 KJ	Energia: 243.35 Kcal / 1,017.20 KJ	Energia: 141.23 Kcal / 590.34 KJ	Energia: 183.29 Kcal / 766.15 KJ
		Fehérje 8.22 g Zsír 11.36 g T.Zsír 3.50 g	Fehérje 4.86 g Zsír 7.50 g T.Zsír 1.90 g	Fehérje 9.22 g Zsír 15.98 g T.Zsír 5.64 g	Fehérje 9.31 g Zsír 2.80 g T.Zsír 0.80 g	Fehérje 7.14 g Zsír 3.39 g T.Zsír 1.97 g
		Szénhidrát 30.94 g Cukor 0.00 g Só 0.10 g	Szénhidrát 43.54 g Cukor 10.86 g Só 0.01 g	Szénhidrát 32.55 g Cukor 1.34 g Só 0.05 g	Szénhidrát 21.11 g Cukor 0.74 g Só 0.46 g	Szénhidrát 31.06 g Cukor 0.82 g Só 0.73 g

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte