

# Delirest

Heti étlap 2024.05.20. - 2024.05.24.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00011) "B" MENÜ ALSÓ	Francia hagymaleves, Rántott halrudak, Sárgarépás bulgur, Tartármártás	Lebbencsleves, Tavaszi S.rizshús sertésragu, Párolt rizsköret, Cékla savanyúság	Dubbary krémleves, Pirított hagyma, Vadas sertésragu, Tészta köret	Palócleves, Teljes kiőrlésű kenyér, Piskótakocka, Csokoládé öntet
		Energia: 773.53 Kcal / 3,233.36 KJ	Energia: 679.83 Kcal / 2,841.69 KJ	Energia: 718.58 Kcal / 3,003.66 KJ	Energia: 741.02 Kcal / 3,097.46 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		42.71 g 33.66 g 4.65 g	21.38 g 28.09 g 5.16 g	30.04 g 36.57 g 6.44 g	30.71 g 19.71 g 5.15 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		91.99 g 1.01 g 0.52 g	85.52 g 2.88 g 0.69 g	72.42 g 1.50 g 3.85 g	111.51 g 42.27 g 1.19 g
Ebéd	(00571) "B" MENÜ FELSŐ	Francia hagymaleves, Rántott halrudak, Sárgarépás bulgur, Tartármártás	Lebbencsleves, Tavaszi S.rizshús sertésragu, Párolt rizsköret, Cékla savanyúság	Dubbary krémleves, Pirított hagyma, Vadas sertésragu, Tészta köret	Palócleves, Teljes kiőrlésű kenyér, Piskótakocka, Csokoládé öntet
		Energia: 874.29 Kcal / 3,654.53 KJ	Energia: 758.21 Kcal / 3,169.32 KJ	Energia: 789.72 Kcal / 3,301.03 KJ	Energia: 821.44 Kcal / 3,433.62 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		47.92 g 36.51 g 4.53 g	24.14 g 31.73 g 6.02 g	34.83 g 38.31 g 7.55 g	34.38 g 22.90 g 6.16 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		105.85 g 1.51 g 0.61 g	94.20 g 2.88 g 0.80 g	82.49 g 1.73 g 4.71 g	121.87 g 49.10 g 1.35 g

.....  
Készítette

.....  
Ellenőrizte

# Delirest

Heti étlap 2024.05.20. - 2024.05.24.

		kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00010) "A" MENÜ ALSÓ</b>	Kakaó, Margarin , Kakaós kalács	Tej, Teljes kiőrlésű kenyér, Tojáskrém	Házi gyümölcsös joghurtGY, Kifli	Gyümölcstea, Párizsi, Margarin , Teljes kiőrlésű kenyér
		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    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv
		10.33 g    13.28 g    3.36 g	13.76 g    10.55 g    4.23 g	10.56 g    5.49 g    3.06 g	6.63 g    10.68 g    2.75 g
		Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só
35.16 g    9.74 g    0.26 g	30.91 g    0.25 g    0.89 g	36.20 g    4.08 g    0.68 g	30.41 g    9.99 g    0.44 g		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00010) "A" MENÜ ALSÓ</b>	Teljes kiőrlésű zsemle, Jam, Margarin	Csemege szalámi, Margarin , Csemege uborka, Zsemle	Tavaszi túrókrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Kockasajt, Sárgarépa, Kifli
		Energia: 195.15 Kcal / 815.73 KJ	Energia: 243.35 Kcal / 1,017.20 KJ	Energia: 141.23 Kcal / 590.34 KJ	Energia: 183.29 Kcal / 766.15 KJ
		Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv	Fehérje    Zsír    T.Zsírsv
		4.86 g    7.50 g    1.90 g	9.22 g    15.98 g    5.64 g	9.31 g    2.80 g    0.80 g	7.14 g    3.39 g    1.97 g
		Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só	Szénhidrát    Cukor    Só
43.54 g    10.86 g    0.00 g	32.55 g    1.34 g    0.05 g	21.11 g    0.74 g    0.46 g	31.06 g    0.82 g    0.73 g		

.....  
Készítette

.....  
Ellenőrizte