

Delirest

Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek											
Ebéd	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Fejtett bableves, Zöldséges rizottó, Párolt rizsköret, Reszelt trappista sajt	Paradicsom leves, Brassói aprópecsenye, Tepsis burgonya, Csemege uborka	Sajtkrém leves , Pirított hagyma, Tejfölös gombás sertésragu, Tészta köret	Erőleves tésztával, Főtt virslis, Zöldbabfőzelék	Gulyásleves, Teljes kiőrlésű kenyér, Piskótakocka, Csokoládé öntet											
		Energia: 672.35 Kcal / 2,810.42 KJ	Energia: 661.25 Kcal / 2,764.03 KJ	Energia: 823.54 Kcal / 3,442.40 KJ	Energia: 373.58 Kcal / 1,561.56 KJ	Energia: 769.40 Kcal / 3,216.09 KJ											
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		25.07 g	18.10 g	1.88 g	19.64 g	34.41 g	7.88 g	30.06 g	48.62 g	9.84 g	18.64 g	18.86 g	2.69 g	26.52 g	23.55 g	5.19 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
		105.05 g	0.10 g	3.51 g	63.65 g	13.51 g	1.50 g	68.50 g	0.10 g	1.16 g	35.97 g	0.00 g	0.18 g	110.91 g	41.87 g	1.21 g	
		Ebéd	(00570) "A" MENÜ FELSŐ	Fejtett bableves, Zöldséges rizottó, Párolt rizsköret, Reszelt trappista sajt	Paradicsom leves, Brassói aprópecsenye, Tepsis burgonya, Csemege uborka	Sajtkrém leves , Pirított hagyma, Tejfölös gombás sertésragu, Tészta köret	Erőleves tésztával, Főtt virslis, Zöldbabfőzelék	Gulyásleves, Teljes kiőrlésű kenyér, Piskótakocka, Csokoládé öntet									
Energia: 690.77 Kcal / 2,887.42 KJ	Energia: 719.08 Kcal / 3,005.75 KJ			Energia: 886.94 Kcal / 3,707.41 KJ	Energia: 412.43 Kcal / 1,723.96 KJ	Energia: 895.49 Kcal / 3,743.15 KJ											
Fehérje	Zsír			T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
26.31 g	15.18 g			1.88 g	22.30 g	36.90 g	8.73 g	33.93 g	50.61 g	10.75 g	20.00 g	20.10 g	2.69 g	29.83 g	29.50 g	6.21 g	
Szénhidrát	Cukor			Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
114.88 g	0.10 g			2.62 g	69.34 g	14.01 g	3.48 g	76.40 g	0.10 g	1.18 g	41.33 g	0.00 g	0.19 g	125.59 g	48.70 g	1.40 g	

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte

Delireszt

Heti étlap 2024.05.06. - 2024.05.10.

		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.Zsírsv 0.48 g	Fehérje 10.33 g Zsír 13.28 g T.Zsírsv 3.36 g	Fehérje 13.76 g Zsír 10.55 g T.Zsírsv 4.23 g	Fehérje 10.56 g Zsír 5.49 g T.Zsírsv 3.06 g	Fehérje 6.63 g Zsír 10.68 g T.Zsírsv 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	Teljes kiőrlésű zsemle, Jam, Margarin	Csemege szalámi, Margarin , Csemege uborka, Zsemle	Teljes kiőrlésű kenyér, Tavaszti túrókrém	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.Zsírsv 3.50 g	Fehérje 4.86 g Zsír 7.50 g T.Zsírsv 1.90 g	Fehérje 9.22 g Zsír 15.98 g T.Zsírsv 5.64 g	Fehérje 9.31 g Zsír 2.80 g T.Zsírsv 0.80 g	Fehérje 7.14 g Zsír 3.39 g T.Zsírsv 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