

Delirest

Heti étlap 2024.06.17. - 2024.06.21.

| | | 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 kiórlású 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 kiórlású 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

Delirest

Heti étlap 2024.06.17. - 2024.06.21.

| | | 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 | Teljes kiőrlésű zsemle, Jam, Margarin | Csemege szalámi, Margarin , Csemege uborka, Zsemle | Teljes kiőrlésű kenyér, Tavaszi 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.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