

Delireszt

Heti étlap 2024.11.11. - 2024.11.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00011) "B" MENÜ ALSÓ	Csurgatott tojás leves , Káposzta saláta, Tarhonyás hús sertésragu, Tarhonya köret	Csontleves, Majorannás sertés tokány, Babfőzelék, Kenyér	Paradicsom leves, Csikós tokány, Tészta köret	Svéd húsgolyó, Barnamártás, Petrezselymes burgonya, Burgonyakrémleves, Levesgyöngy	Legényfogyó leves, Rizsfelfújt, Almapüré										
		Energia: 756.47 Kcal / 3,162.04 KJ	Energia: 680.78 Kcal / 2,845.66 KJ	Energia: 695.90 Kcal / 2,908.86 KJ	Energia: 721.02 Kcal / 3,013.86 KJ	Energia: 599.00 Kcal / 2,503.82 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		23.69 g	44.42 g	5.46 g	36.82 g	24.44 g	2.00 g	27.15 g	29.42 g	5.59 g	24.05 g	34.83 g	7.44 g	32.04 g	11.52 g	1.58 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		65.39 g	1.50 g	2.18 g	78.22 g	1.20 g	0.49 g	83.50 g	12.49 g	0.50 g	72.94 g	5.37 g	0.83 g	97.10 g	36.96 g	1.66 g
		Ebéd	(00571) "B" MENÜ FELSŐ	Csurgatott tojás leves, Káposzta saláta, Tarhonyás hús sertésragu, Tarhonya köret	Csontleves, Majorannás sertés tokány, Babfőzelék, Kenyér	Paradicsom leves, Csikós tokány, Tészta köret	Svéd húsgolyó, Barnamártás, Petrezselymes burgonya, Burgonyakrémleves, Levesgyöngy	Legényfogyó leves , Rizsfelfújt, Almapüré								
Energia: 778.70 Kcal / 3,254.97 KJ	Energia: 778.68 Kcal / 3,254.88 KJ			Energia: 739.55 Kcal / 3,091.32 KJ	Energia: 766.80 Kcal / 3,205.22 KJ	Energia: 618.61 Kcal / 2,585.79 KJ										
Fehérje	Zsír			T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
26.67 g	42.42 g			6.33 g	42.74 g	28.49 g	2.23 g	30.60 g	28.83 g	6.74 g	25.44 g	36.70 g	7.79 g	34.58 g	12.81 g	1.79 g
Szénhidrát	Cukor			Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
72.48 g	1.50 g			2.39 g	87.85 g	0.85 g	0.78 g	92.30 g	12.99 g	0.65 g	78.61 g	5.37 g	0.84 g	97.02 g	36.96 g	1.68 g

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte

Delirest

Heti étlap 2024.11.11. - 2024.11.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Tej, Jam, Margarin , Kenyér	Gyümölcsstea, Vajkrém , Teljes kiőrlésű zsemle	Házi gyümölcsös joghurtGY, Kifli	Gyümölcsstea, Kőrözött túró, Teljes kiőrlésű zsemle, Lilahagyma tisztított	Tejeskávét, Kifli, Margarin
		Energia: 280.10 Kcal / 1,170.82 KJ	Energia: 261.12 Kcal / 1,091.48 KJ	Energia: 240.84 Kcal / 1,006.71 KJ	Energia: 239.86 Kcal / 1,002.61 KJ	Energia: 269.28 Kcal / 1,125.59 KJ
		Fehérje 11.90 g Zsír 10.40 g T.Zsír 3.68 g	Fehérje 5.31 g Zsír 8.32 g T.Zsír 5.41 g	Fehérje 10.56 g Zsír 5.49 g T.Zsír 3.06 g	Fehérje 11.01 g Zsír 6.44 g T.Zsír 2.41 g	Fehérje 11.54 g Zsír 10.35 g T.Zsír 1.90 g
		Szénhidrát 50.29 g Cukor 10.86 g Só 0.31 g	Szénhidrát 41.84 g Cukor 10.79 g Só 0.01 g	Szénhidrát 36.20 g Cukor 4.08 g Só 0.68 g	Szénhidrát 44.45 g Cukor 12.30 g Só 0.43 g	Szénhidrát 47.33 g Cukor 7.99 g Só 0.51 g
Uzsonna	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Veronai felvágott, Margarin , Teljes kiőrlésű zsemle, Zöldpaprika	Uborka tisztított, Kenyér, Reszelt trappista sajt, Margarin	Gépsonka, Margarin , Teljes kiőrlésű kenyér, Jégsaláta tisztított	Kenőmájas, Kenyér	Teljes kiőrlésű kenyér, Virslis vajkrém
		Energia: 203.00 Kcal / 848.54 KJ	Energia: 198.52 Kcal / 829.81 KJ	Energia: 131.26 Kcal / 548.67 KJ	Energia: 157.26 Kcal / 657.35 KJ	Energia: 145.51 Kcal / 608.23 KJ
		Fehérje 7.94 g Zsír 12.46 g T.Zsír 3.76 g	Fehérje 9.82 g Zsír 12.62 g T.Zsír 5.45 g	Fehérje 8.13 g Zsír 8.97 g T.Zsír 2.43 g	Fehérje 7.32 g Zsír 2.08 g T.Zsír 0.69 g	Fehérje 5.37 g Zsír 8.08 g T.Zsír 3.06 g
		Szénhidrát 31.28 g Cukor 0.00 g Só 0.00 g	Szénhidrát 27.33 g Cukor 0.20 g Só 0.44 g	Szénhidrát 19.72 g Cukor 0.00 g Só 0.63 g	Szénhidrát 27.53 g Cukor 0.12 g Só 0.35 g	Szénhidrát 20.17 g Cukor 0.25 g Só 0.44 g

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte