

Delirest

Heti étlap 2024.11.25. - 2024.11.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00011) "B" MENÜ ALSÓ	Vegyes gyümölcsleves, Párolt rizsköret, Csemege uborka, Rántott csirkemell filé	Hamis gulyásleves, Rántott dinó ropogós, Lencsefőzelék	Brokkoli krémleves, Levesgyöngy, Sertés pörkölt, Tészta köret, Vegyes vágott savanyúság	Zöldborsóleves, Rakott burgonya svájci	Frankfurti leves, Kenyér, Mákos tejbegríz, Meggy püré
		Energia: 464.63 Kcal / 1,942.15 KJ	Energia: 592.63 Kcal / 2,477.19 KJ	Energia: 772.89 Kcal / 3,230.68 KJ	Energia: 556.14 Kcal / 2,324.67 KJ	Energia: 837.40 Kcal / 3,500.33 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		18.77 g 6.99 g 0.05 g	25.71 g 21.42 g 0.05 g	29.29 g 38.98 g 6.65 g	17.09 g 17.56 g 4.67 g	28.02 g 16.31 g 2.66 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		90.05 g 13.01 g 0.23 g	73.81 g 0.71 g 0.55 g	78.40 g 1.50 g 0.67 g	74.48 g 4.00 g 2.29 g	143.25 g 55.94 g 2.48 g
Ebéd	(00571) "B" MENÜ FELSŐ	Vegyes gyümölcsleves, Párolt rizsköret, Csemege uborka, Rántott csirkemell filé	Hamis gulyásleves, Rántott dinó ropogós, Lencsefőzelék	Brokkoli krémleves, Levesgyöngy, Sertés pörkölt, Tészta köret, Vegyes vágott savanyúság	Zöldborsóleves, Rakott burgonya svájci	Frankfurti leves, Kenyér, Mákos tejbegríz, Meggy püré
		Energia: 464.35 Kcal / 1,940.98 KJ	Energia: 734.59 Kcal / 3,070.59 KJ	Energia: 800.94 Kcal / 3,347.93 KJ	Energia: 638.40 Kcal / 2,668.51 KJ	Energia: 864.30 Kcal / 3,612.77 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		18.73 g 6.96 g 0.06 g	35.19 g 24.42 g 0.06 g	33.36 g 37.18 g 7.70 g	20.47 g 18.20 g 5.62 g	29.34 g 17.41 g 2.66 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		89.80 g 9.01 g 0.28 g	94.32 g 0.71 g 0.58 g	86.00 g 1.50 g 0.70 g	88.61 g 4.50 g 2.59 g	146.53 g 55.94 g 3.19 g

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte

Delirest

Heti étlap 2024.11.25. - 2024.11.29.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	
Tízórai	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Tej, Jam, Margarin , Kenyér	Gyümölcsstea, Vajkrém , Teljes kiőrlésű zsemle	Házi meggyes joghurt, Kifli	Gyümölcsstea, Kőrözött túró, Teljes kiőrlésű zsemle, Lilahagyma tisztított	Tejeskávé, Margarin , Kifli	
		Energia: 280.10 Kcal / 1,170.82 KJ	Energia: 261.12 Kcal / 1,091.48 KJ	Energia: 244.16 Kcal / 1,020.59 KJ	Energia: 239.86 Kcal / 1,002.61 KJ	Energia: 269.28 Kcal / 1,125.59 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	
		11.90 g 10.40 g 3.68 g	5.31 g 8.32 g 5.41 g	10.38 g 5.62 g 3.06 g	11.01 g 6.44 g 2.41 g	11.54 g 10.35 g 1.90 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
50.29 g 10.86 g 0.31 g	41.84 g 10.79 g 0.01 g	36.71 g 4.08 g 0.68 g	44.45 g 12.30 g 0.43 g	47.33 g 7.99 g 0.51 g			
Uzsonna	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Veronai felvágott, Margarin , Teljes kiőrlésű zsemle, Zöldpaprika	Trappista sajt, Margarin , Uborka tisztított, Kenyér	Gépsonka, Margarin , Teljes kiőrlésű kenyér, Paradicsom tisztított	Kenőmájas, Kenyér	Virslis vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér	
		Energia: 203.00 Kcal / 848.54 KJ	Energia: 207.66 Kcal / 868.02 KJ	Energia: 135.49 Kcal / 566.35 KJ	Energia: 157.26 Kcal / 657.35 KJ	Energia: 145.51 Kcal / 608.23 KJ	
		Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	Fehérje Zsír T.Zsír-sav	
		7.94 g 12.46 g 3.76 g	10.76 g 13.04 g 5.62 g	8.32 g 9.01 g 2.43 g	7.32 g 2.08 g 0.69 g	5.37 g 8.08 g 3.06 g	
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	
31.28 g 0.00 g 0.00 g	27.45 g 0.00 g 0.53 g	20.51 g 0.00 g 0.63 g	27.53 g 0.12 g 0.35 g	20.17 g 0.25 g 0.44 g			

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte