

Delirest

Heti étlap 2024.12.09. - 2024.12.15.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek			szombat			
Ebéd	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Burgonyaleves tejfölös, Parajfőzelék, Kenyér, Főtt tojás			Daragaluska leves, Borsos sertéstokány, Hagymás tört burgonya, Vegyes vágott savanyúság			Fokhagyma krémleves, Levesgyöngy, Hawai sertésragu, Párolt rizsköret			Fahéjas almaleves, Lasagne csirkehusos			Tárkonyos sertésraguleves, Tejbedara natúr, Kakaó szórát			Zöldborsóleves vajás galuskával, Serpenyős burgonya f.kolbász, Cékla savanyúság			
		Energia: 573.91 Kcal / 2,398.94 KJ			Energia: 635.09 Kcal / 2,654.68 KJ			Energia: 739.07 Kcal / 3,089.31 KJ			Energia: 965.01 Kcal / 4,033.74 KJ			Energia: 530.64 Kcal / 2,218.08 KJ			Energia: 734.11 Kcal / 3,068.58 KJ			
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	
		28.94 g	20.39 g	1.40 g	22.10 g	29.90 g	5.62 g	29.03 g	34.97 g	8.04 g	40.29 g	46.31 g	6.32 g	23.78 g	17.51 g	3.34 g	22.47 g	33.13 g	6.04 g	
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
		71.90 g	0.00 g	3.59 g	64.71 g	1.50 g	1.31 g	83.82 g	1.59 g	0.71 g	133.48 g	27.05 g	0.58 g	73.03 g	23.98 g	1.93 g	81.85 g	7.22 g	4.89 g	
		(00570) "A" MENÜ FELSŐ	Burgonyaleves tejfölös, Parajfőzelék, Kenyér, Főtt tojás			Daragaluska leves, Borsos sertéstokány, Hagymás tört burgonya, Vegyes vágott savanyúság			Fokhagyma krémleves, Levesgyöngy, Hawai sertésragu, Párolt rizsköret			Fahéjas almaleves, Lasagne csirkehusos			Tárkonyos sertésraguleves, Tejbedara natúr, Kakaó szórát			Zöldborsóleves vajás galuskával, Serpenyős burgonya f.kolbász, Cékla savanyúság		
			Energia: 576.45 Kcal / 2,409.56 KJ			Energia: 741.72 Kcal / 3,100.39 KJ			Energia: 818.08 Kcal / 3,419.57 KJ			Energia: 1,268.81 Kcal / 5,303.63 KJ			Energia: 639.57 Kcal / 2,673.40 KJ			Energia: 985.94 Kcal / 4,121.23 KJ		
			Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
29.02 g	21.03 g		1.40 g	25.79 g	35.47 g	6.47 g	31.68 g	37.93 g	9.33 g	52.91 g	61.49 g	8.43 g	29.47 g	24.33 g	4.62 g	30.94 g	45.33 g	8.22 g		
Szénhidrát	Cukor		Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só		
70.85 g	0.00 g		3.66 g	74.65 g	1.50 g	1.38 g	94.21 g	1.59 g	0.78 g	174.32 g	33.57 g	0.70 g	79.67 g	23.98 g	3.15 g	107.58 g	9.87 g	6.52 g		

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte

Delirest

Heti étlap 2024.12.09. - 2024.12.15.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat
Tízórai	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Tej, Jam, Margarin , Kenyér	Gyümölcsstea, Vajkrém , Teljes kiőrlésű zsemle	Házi meggyes joghurt, Kifli	Gyümölcsstea, Paradicsom tisztított, Teljes kiőrlésű zsemle, Körözött	Tejeskávé, Margarin , Kifli	Gyümölcsstea, Sajtkrém, Zöldpaprika, Teljes kiőrlésű zsemle
		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: 195.95 Kcal / 819.07 KJ	Energia: 269.28 Kcal / 1,125.59 KJ	Energia: 243.88 Kcal / 1,019.42 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 11.90 g 10.40 g 3.68 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 5.31 g 8.32 g 5.41 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.38 g 5.62 g 3.06 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 5.36 g 0.97 g 0.20 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 11.54 g 10.35 g 1.90 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.39 g 5.56 g 2.96 g
		Szénhidrát Cukor Só 50.29 g 10.86 g 0.31 g	Szénhidrát Cukor Só 41.84 g 10.79 g 0.01 g	Szénhidrát Cukor Só 36.71 g 4.08 g 0.68 g	Szénhidrát Cukor Só 42.12 g 9.99 g 0.05 g	Szénhidrát Cukor Só 47.33 g 7.99 g 0.51 g	Szénhidrát Cukor Só 41.74 g 9.99 g 0.56 g
Uzsonna	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Veronai felvágott, Margarin , Zöldpaprika, Teljes kiőrlésű zsemle	Trappista sajt, Margarin , Uborka tisztított, Kenyér	Gépsonka, Margarin , Jégsaláta tisztított, Teljes kiőrlésű kenyér	Kenőmájás, Kenyér	Virslis vajkrém, Teljes kiőrlésű kenyér	Kakaós csiga
		Energia: 203.00 Kcal / 848.54 KJ	Energia: 207.66 Kcal / 868.02 KJ	Energia: 131.26 Kcal / 548.67 KJ	Energia: 157.26 Kcal / 657.35 KJ	Energia: 145.51 Kcal / 608.23 KJ	Energia: 255.95 Kcal / 1,069.87 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.94 g 12.46 g 3.76 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 10.76 g 13.04 g 5.62 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 8.13 g 8.97 g 2.43 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 7.32 g 2.08 g 0.69 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 5.37 g 8.08 g 3.06 g	Fehérje Zsír T.Zsírsv 3.80 g 12.30 g 0.00 g
		Szénhidrát Cukor Só 31.28 g 0.00 g 0.00 g	Szénhidrát Cukor Só 27.45 g 0.00 g 0.53 g	Szénhidrát Cukor Só 19.73 g 0.00 g 0.63 g	Szénhidrát Cukor Só 27.53 g 0.12 g 0.35 g	Szénhidrát Cukor Só 20.17 g 0.25 g 0.44 g	Szénhidrát Cukor Só 30.90 g 0.00 g 0.00 g

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte