

Delirest

Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek											
Ebéd	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Fejtett bableves, Zöldséges rizottó, Párolt rizsköret, Reszelt trappista sajt	Paradicsom leves, Tepsis burgonya, Zöldborsós sertésragu, Csemege uborka	Sajtkrém leves, Pirított hagyma, Tejfölös gombás sertésragu, Tészta köret	Erőleves tésztával, Főtt virsli, Zöldbabfőzelék	Gulyásleves, Teljes kiőrlésű kenyér, Tejbedara natúr, Kakaó szórat											
		Energia: 672.35 Kcal / 2,810.42 KJ	Energia: 744.06 Kcal / 3,110.17 KJ	Energia: 823.54 Kcal / 3,442.40 KJ	Energia: 373.58 Kcal / 1,561.56 KJ	Energia: 659.87 Kcal / 2,758.26 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	23.48 g	36.70 g	5.96 g	30.06 g	48.62 g	9.84 g	18.64 g	18.86 g	2.69 g	23.93 g	21.21 g	4.26 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	75.26 g	13.51 g	2.40 g	68.50 g	0.10 g	1.16 g	35.97 g	0.00 g	0.18 g	91.08 g	23.98 g	0.66 g	
		Ebéd	(00570) "A" MENÜ FELSŐ	Fejtett bableves, Zöldséges rizottó, Párolt rizsköret, Reszelt trappista sajt	Paradicsom leves, Tepsis burgonya, Zöldborsós sertésragu, Csemege uborka	Sajtkrém leves, Pirított hagyma, Tejfölös gombás sertésragu, Tészta köret	Erőleves tésztával, Főtt virsli, Zöldbabfőzelék	Gulyásleves, Teljes kiőrlésű kenyér, Tejbedara natúr, Kakaó szórat									
Energia: 690.77 Kcal / 2,887.42 KJ	Energia: 824.46 Kcal / 3,446.24 KJ			Energia: 886.94 Kcal / 3,707.41 KJ	Energia: 412.43 Kcal / 1,723.96 KJ	Energia: 733.45 Kcal / 3,065.82 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	26.56 g	40.72 g	6.81 g	33.93 g	50.61 g	10.75 g	20.00 g	20.10 g	2.69 g	26.24 g	26.67 g	5.12 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	82.71 g	14.01 g	2.86 g	76.40 g	0.10 g	1.18 g	41.33 g	0.00 g	0.19 g	94.63 g	23.98 g	0.70 g	

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte

Delireszt

Heti étlap 2025.02.24. - 2025.02.28.

		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, Margarin , Gépsonka, Jégcretek	Csemege szalámi, Margarin , Csemege uborka, Zsemle	Teljes kiőrlésű kenyér, Tavaszti túrókrém	Kockasajt, Sárgarépa, Kifli
		Energia: 196.54 Kcal / 821.54 KJ	Energia: 176.97 Kcal / 739.73 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 9.54 g Zsír 8.94 g T.Zsírsv 2.39 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 31.16 g Cukor 0.00 g Só 0.25 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