

# Delirest

Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő			kedd			szerda		
Ebéd	(00011) "B" MENÜ ALSÓ	Zöldborsóleves(3,1), Sült virsli baromfi, Sós kamártás(1,7), Főtt burgonya			Nyírségi gombócleves (1,7), Rántott halrudak (4,3,1), Sárgarépás bulgur (1), Tartármártás(10,3,7)			Svéd húsgolyó(10,3,1), Barnamártás(1,7), Petrezselymes burgonya, Burgonyakrémleves(1,7), Levesgyöngy(3, 1, 7)		
		Energia: 542.69 Kcal / 2,268.44 KJ			Energia: 881.97 Kcal / 3,686.63 KJ			Energia: 721.02 Kcal / 3,013.86 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
		28.39 g	17.37 g	2.71 g	48.32 g	36.67 g	2.46 g	24.06 g	34.83 g	7.44 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
	71.97 g	13.99 g	0.32 g	107.49 g	1.00 g	0.57 g	72.95 g	5.37 g	0.83 g	
	1,3,7			1,3,4,7,10,(12)			1,3,7,10,(6),(8),(12)			
	(00571) "B" MENÜ FELSŐ	Zöldborsóleves(3,1), Sült virsli baromfi, Sós kamártás(1,7), Főtt burgonya			Nyírségi gombócleves (1,7), Rántott halrudak (4,3,1), Sárgarépás bulgur (1), Tartármártás(10,3,7)			Svéd húsgolyó(10,3,1), Barnamártás(1,7), Petrezselymes burgonya, Burgonyakrémleves(1,7), Levesgyöngy(3, 1, 7)		
		Energia: 523.82 Kcal / 2,189.57 KJ			Energia: 1,019.53 Kcal / 4,261.64 KJ			Energia: 766.80 Kcal / 3,205.22 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav	Fehérje	Zsír	T.Zsír-sav
24.68 g		13.77 g	2.72 g	55.02 g	41.52 g	2.75 g	25.45 g	36.70 g	7.79 g	
Szénhidrát		Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
75.74 g	15.29 g	0.32 g	124.85 g	1.50 g	0.68 g	78.62 g	5.37 g	0.84 g		
1,3,7			1,3,4,7,10,(12)			1,3,7,10,(6),(8),(12)				

.....  
Készítette

.....  
Ellenőrizte

# Delirest

Heti étlap 2025.04.14. - 2025.04.18.

		hétfő	kedd	szerda
<b>Tízórai</b>	<b>(00010) "A" MENÜ ALSÓ</b>	Tej(7), Jam, Margarin , Kenyér(1)	Gyümölcsstea, Vajkrém (7), Teljes kiőrlésű zsemle(1)	Gyümölcsstea, Teljes kiőrlésű zsemle(1), Lilahagyma tisztított, Körözött(7)
		Energia: 280.10 Kcal / 1,170.82 Kj	Energia: 261.12 Kcal / 1,091.48 Kj	Energia: 197.29 Kcal / 824.67 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		11.90 g 10.40 g 3.68 g	5.31 g 8.32 g 5.41 g	5.30 g 0.93 g 0.63 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
50.29 g 12.90 g 0.31 g	41.84 g 10.39 g 0.01 g	42.58 g 10.41 g 0.05 g		
1,7,(12)	1,7	1,7		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00010) "A" MENÜ ALSÓ</b>	Margarin , Teljes kiőrlésű zsemle(1), Zöldpaprika, Soproni felvágott	Uborka tisztított, Kenyér (1), Reszelt trappista sajt (7), Margarin	Kenőmájas, Kenyér(1)
		Energia: 213.43 Kcal / 892.14 Kj	Energia: 198.52 Kcal / 829.81 Kj	Energia: 157.26 Kcal / 657.35 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7.76 g 13.72 g 4.19 g	9.82 g 12.62 g 5.45 g	7.32 g 2.08 g 0.69 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
31.30 g 0.00 g 0.00 g	27.33 g 0.20 g 0.44 g	27.53 g 0.12 g 0.35 g		
1,(7)	1,7	1,(7),(10)		

.....  
Készítette

.....  
Ellenőrizte