

Heti étlap 2025.05.05. - 2025.05.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00011) "B" MENÜ ALSÓ	Fahéjas szilvaleves(1,7), Édes-savanyú sertésfalatok, Párolt rizsköret	Zöldséges reszelt tésztalesves(3,1), Sült sertésszelet, Meggymártás(7), Főtt burgonya	Burgonyaleves rozmaringos(1,7), Mexikói ragu , Párolt rizsköret	Tárkonyos zöldséglesves (3,9,1,7), Székelykáposzta(1,7), Kenyér(1)	Babgulyás(9), Túrós feltét(7), Tészta(3,1), Porcukor
		Energia: 627.09 Kcal / 2,621.24 KJ	Energia: 700.96 Kcal / 2,930.01 KJ	Energia: 750.00 Kcal / 3,135.00 KJ	Energia: 630.87 Kcal / 2,637.04 KJ	Energia: 886.13 Kcal / 3,704.02 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		26.64 g15.70 g2.88 g	32.91 g32.33 g2.66 g	25.65 g35.11 g5.18 g	35.67 g34.66 g6.13 g	50.74 g31.38 g5.69 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		99.03 g23.23 g1.04 g	70.83 g15.98 g2.66 g	85.36 g0.80 g2.53 g	55.30 g0.00 g0.64 g	108.60 g22.20 g3.67 g
		1,7	1,3,7	1,7	1,3,7,9,(12)	1,3,7,9
	(00571) "B" MENÜ FELSŐ	Fahéjas szilvaleves(1,7), Édes-savanyú sertésfalatok, Párolt rizsköret	Zöldséges reszelt tésztalesves(3,1), Sült sertésszelet, Meggymártás(7), Főtt burgonya	Rozmaringos burgonyaleves(1,7), Mexikói ragu, Párolt rizsköret	Tárkonyos zöldséglesves (3,9,1,7), Székelykáposzta(1,7), Kenyér(1)	Babgulyás(9), Túrós feltét(7), Tészta(3,1), Porcukor
		Energia: 698.82 Kcal / 2,921.07 KJ	Energia: 714.78 Kcal / 2,987.78 KJ	Energia: 859.98 Kcal / 3,594.72 KJ	Energia: 672.19 Kcal / 2,809.75 KJ	Energia: 982.59 Kcal / 4,107.23 KJ
		FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv	FehérjeZsírT.Zsírsv
		30.91 g17.98 g3.38 g	33.23 g32.57 g2.67 g	29.87 g40.46 g6.04 g	38.46 g36.88 g7.01 g	56.39 g35.63 g6.93 g
		SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó	SzénhidrátCukorSó
		108.30 g22.10 g1.26 g	73.40 g15.98 g2.76 g	97.21 g0.80 g3.59 g	58.10 g0.00 g0.69 g	117.18 g22.57 g4.40 g
		1,7	1,3,7	1,7	1,3,7,9,(12)	1,3,7,9

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte

Heti étlap 2025.05.05. - 2025.05.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	Gyümölcstea, Lilahagyma tisztított, Teljes kiőrlésű kenyér(1), Vajkrém (7)	Kakaó(7), Margarin , Kakaós kalács(3, 1, 7)	Tej(7), Tojáskrém (10,3,7), Teljes kiőrlésű kenyér(1)	Házi meggyes joghurt(7), Kifli(1)	Gyümölcstea, Párizsi, Margarin , Teljes kiőrlésű kenyér(1)
		Energia: 226.06 Kcal / 944.93 KJ	Energia: 242.14 Kcal / 1,012.15 KJ	Energia: 248.14 Kcal / 1,037.23 KJ	Energia: 244.16 Kcal / 1,020.59 KJ	Energia: 183.98 Kcal / 769.04 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
		4.37 g 8.39 g 5.89 g	10.33 g 13.28 g 3.36 g	13.76 g 10.55 g 4.23 g	10.38 g 5.62 g 3.06 g	6.63 g 10.68 g 2.75 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
Uzsonna	(00010) "A" MENÜ ALSÓ	32.49 g 10.81 g 0.42 g	35.16 g 9.90 g 0.26 g	30.91 g 0.25 g 0.89 g	36.71 g 4.08 g 0.68 g	30.41 g 9.99 g 0.44 g
		1,7,(6),(11)	1,3,7	1,3,7,10,(6),(11),(12)	1,7	1,(6),(7),(11)
		Zala felvágott, Margarin , Zsemle(1)	Virslis vajkrém(10,7), Jégretek, Teljes kiőrlésű zsemle(1)	Csemege szalámi, Margarin , Csemege uborka(10, 15), Zsemle(1)	Tavaszi túrókrém(7), Teljes kiőrlésű kenyér(1)	Kockasajt(7), Sárgarépa, Kifli(1)
		Energia: 196.54 Kcal / 821.54 KJ	Energia: 191.35 Kcal / 799.84 KJ	Energia: 243.35 Kcal / 1,017.20 KJ	Energia: 141.23 Kcal / 590.34 KJ	Energia: 183.29 Kcal / 766.15 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
		8.22 g 11.36 g 3.50 g	6.79 g 8.05 g 3.02 g	9.22 g 15.98 g 5.64 g	9.31 g 2.80 g 0.80 g	7.14 g 3.39 g 1.97 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		30.94 g 0.00 g 0.10 g	31.62 g 0.25 g 0.06 g	32.55 g 1.34 g 0.05 g	21.11 g 0.74 g 0.46 g	31.06 g 0.40 g 0.73 g
		1,(7)	1,7,10,(12)	1,10,15,(7)	1,7,(6),(11)	1,7

.....
Készítette

.....
Ellenőrizte

