



Heti étlap 2021.02.01. - 2021.02.05.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Tízórai	(00112) Lisztérzékeny	Gyümölcsstea, Méz kg-os *, Margarin tejmentes, Ham-let, Abonett			Főtt tojás, Citromos tea, Margarin tejmentes, Ham-let, Abonett			Gyümölcs joghurt db (A), Ham-let, Abonett			Citromos tea, Vajkrém natur (A), Ham-let, Abonett			Gyümölcsstea, Párizsi * (A), Margarin tejmentes, Ham-let, Abonett		
		Energia: 267,96 Kcal / 1 120,07 KJ			Energia: 236,06 Kcal / 986,73 KJ			Energia: 167,77 Kcal / 701,28 KJ			Energia: 156,84 Kcal / 655,59 KJ			Energia: 213,23 Kcal / 891,30 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		0,24 g	14,22 g	3,83 g	5,52 g	19,02 g	5,07 g	5,66 g	6,01 g	3,16 g	0,83 g	12,22 g	5,83 g	2,27 g	17,50 g	5,07 g
Ebéd	(00112) Lisztérzékeny	Kolbászos bableves* lé., Alma *, Tejberizs lé.			Tökfőzelék lé., Sertés pörkölt*lé., Ham-let, Abonett, Mandarin*			Csontleves* lé., Vagdalt* (fűszeres hús)lé., Burgonya főtt*, Csemege uborka konzerv *(A)			Tojásleves lé., Rakott karfiol & lé., Alma *, Ham-let, Abonett			Őszibarack leves*lé., Grill csirkemell lé., Vegyes köret *lé., Párolt rizsköret 60 g.		
		Energia: 958,93 Kcal / 4 008,33 KJ			Energia: 644,82 Kcal / 2 695,35 KJ			Energia: 861,99 Kcal / 3 603,12 KJ			Energia: 603,44 Kcal / 2 522,38 KJ			Energia: 826,33 Kcal / 3 454,06 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		32,51 g	26,74 g	7,98 g	24,00 g	37,94 g	5,38 g	21,20 g	52,08 g	9,66 g	20,76 g	37,79 g	8,00 g	25,36 g	29,07 g	4,84 g
Uzsonna	(00112) Lisztérzékeny	Margarin tejmentes, Olasz felvágott (A), Kígyó uborka *, Ham-let, Abonett			Margarin tejmentes, Paprika kg-os TV*, Diák csemege, Ham-let, Abonett			Sonkkrém házi, Póréh.Snidling Medvehagyma*, Ham-let, Abonett			Trapista sajt, Margarin tejmentes, Paprika Kaliforniai, Ham-let, Abonett			Kockasajt 8 db-os * (A), Mandarin*, Ham-let, Abonett		
		Energia: 231,54 Kcal / 967,84 KJ			Energia: 182,44 Kcal / 762,60 KJ			Energia: 184,02 Kcal / 769,20 KJ			Energia: 246,48 Kcal / 1 030,29 KJ			Energia: 71,45 Kcal / 298,66 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav	Fehérje	Zsír	T.Zsírsav
		4,42 g	23,48 g	7,42 g	1,67 g	17,53 g	4,17 g	5,04 g	16,99 g	4,84 g	8,62 g	22,71 g	9,20 g	1,75 g	2,91 g	1,60 g
	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	
	0,80 g	2,20 g	1,47 g	4,64 g	0,00 g	0,20 g	0,80 g	0,00 g	1,27 g	2,06 g	0,00 g	0,93 g	9,62 g	0,86 g	0,12 g	





Heti étlap 2021.02.01. - 2021.02.05.

.....  
Élelmezési  
osztályvezet

.....  
Vezet  
dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

