






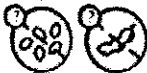




Heti étlap 2024.02.05. - 2024.02.09.











		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00481) Gyermek (4-6 év)	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Hajdú magyaros vajkrém*, Paradicsom*	East Milk kakaó 200 ml 1,9%, TK tejes kifli 50gr*	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Liga margarin, Hajdú light sajt*	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK tejes kifli 50gr*, Medve sajt téliszalámis* 33,3	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Sonkakrém4-6*, Paradicsom*
		Energia: 283,02 Kcal / 1 183,02 KJ	Energia: 309,32 Kcal / 1 292,96 KJ	Energia: 383,65 Kcal / 1 603,66 KJ	Energia: 343,24 Kcal / 1 434,74 KJ	Energia: 285,99 Kcal / 1 195,44 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,50 g 9,37 g 5,85 g	11,28 g 5,41 g 3,04 g	18,92 g 17,81 g 8,74 g	14,28 g 11,91 g 7,34 g	10,77 g 9,71 g 4,86 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		38,13 g 9,62 g 1,17 g	52,87 g 20,55 g 0,74 g	36,70 g 9,60 g 1,61 g	43,77 g 12,05 g 1,30 g	37,80 g 9,33 g 1,25 g
						
Ebéd	(00481) Gyermek (4-6 év)	Zöldségleves mir. 4-6, Sólet *4-6, TK kenyér *, Alma	Húsleves 4-6, Paradicsom mártás ovi, Főtt burgonya 4-6	Tarhonyaleves 4-6 *, Székelykáposzta *4-6, TK kenyér *, Müzliszelet, gyümölcsös 20gr G	Brokkolikrémleves mir.4- 6*, Rántott hal 4-6*, Párolt rizs 4-6*, Vegyes vágott savanyúság *	Burgonyaleves (magyaros)*4-6, Sajtos bolognai (spagetti) 4-6, TK kenyér *
		Energia: 427,89 Kcal / 1 788,58 KJ	Energia: 462,29 Kcal / 1 932,37 KJ	Energia: 401,63 Kcal / 1 678,81 KJ	Energia: 716,30 Kcal / 2 994,13 KJ	Energia: 509,02 Kcal / 2 127,70 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		22,49 g 9,29 g 0,74 g	23,19 g 9,11 g 2,27 g	19,45 g 12,20 g 3,79 g	26,41 g 35,51 g 4,54 g	27,25 g 14,09 g 5,37 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		61,42 g 0,22 g 1,03 g	72,09 g 12,51 g 0,62 g	52,81 g 7,60 g 1,43 g	71,78 g 14,29 g 1,51 g	70,98 g 3,45 g 1,06 g
						

Heti étlap 2024.02.05. - 2024.02.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00481) Gyermekek (4-6 év)	TK kenyér *, Sárgabarackdzsem 70 % gyüm.			TK kenyér *, Delma vajízú margarin *, Ausztria szalámi			TK vizes zsemle 50 gr*, Párizsi*, Alma			TK kenyér *, Delma multivitamin*, Uborka (kígyó)			Pizzás csiga*		
		Energia: 182,51 Kcal / 762,89 KJ			Energia: 242,27 Kcal / 1 012,69 KJ			Energia: 230,17 Kcal / 962,11 KJ			Energia: 169,41 Kcal / 708,13 KJ			Energia: 181,00 Kcal / 756,58 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
		4,95 g	0,42 g	0,24 g	6,82 g	11,49 g	2,85 g	7,11 g	5,57 g	1,27 g	4,25 g	4,34 g	1,24 g	4,30 g	7,67 g	0,56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
38,63 g	10,09 g	0,80 g	28,36 g	0,17 g	1,29 g	38,84 g	0,46 g	1,02 g	27,72 g	0,15 g	0,85 g	20,35 g	4,05 g	0,53 g		

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető

Heti étlap 2024.02.05. - 2024.02.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek																																																												
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10)	<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Vajkrém natúr*, Paradicsom*</p> <p>Energia: 371,70 Kcal / 1 553,71 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>12,49 g</td> <td>12,13 g</td> <td>8,02 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>51,90 g</td> <td>9,96 g</td> <td>1,53 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	12,49 g	12,13 g	8,02 g	Szénhidrát	Cukor	Só	51,90 g	9,96 g	1,53 g	<p>East Milk kakaó 200 ml 1,9%, TK tejes kifli 50gr*</p> <p>Energia: 309,32 Kcal / 1 292,96 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>11,28 g</td> <td>5,41 g</td> <td>3,04 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>52,87 g</td> <td>20,55 g</td> <td>0,74 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	11,28 g	5,41 g	3,04 g	Szénhidrát	Cukor	Só	52,87 g	20,55 g	0,74 g	<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Liga margarin, Hajdú light sajt*</p> <p>Energia: 481,08 Kcal / 2 010,91 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>20,88 g</td> <td>21,52 g</td> <td>9,81 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>50,31 g</td> <td>9,66 g</td> <td>2,06 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	20,88 g	21,52 g	9,81 g	Szénhidrát	Cukor	Só	50,31 g	9,66 g	2,06 g	<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK tejes kifli 50gr*, Medve sajt téliszalámis* 33,3</p> <p>Energia: 343,24 Kcal / 1 434,74 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>14,28 g</td> <td>11,91 g</td> <td>7,34 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>43,77 g</td> <td>12,05 g</td> <td>1,30 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	14,28 g	11,91 g	7,34 g	Szénhidrát	Cukor	Só	43,77 g	12,05 g	1,30 g	<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Sonkakrém 7-10, Paradicsom*</p> <p>Energia: 375,10 Kcal / 1 567,92 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>13,29 g</td> <td>12,15 g</td> <td>5,60 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>51,60 g</td> <td>9,40 g</td> <td>1,82 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	13,29 g	12,15 g	5,60 g	Szénhidrát	Cukor	Só	51,60 g	9,40 g	1,82 g
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
12,49 g	12,13 g	8,02 g																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																
51,90 g	9,96 g	1,53 g																																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																																
11,28 g	5,41 g	3,04 g																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																
52,87 g	20,55 g	0,74 g																																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																																
20,88 g	21,52 g	9,81 g																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																
50,31 g	9,66 g	2,06 g																																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																																
14,28 g	11,91 g	7,34 g																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																
43,77 g	12,05 g	1,30 g																																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																																
13,29 g	12,15 g	5,60 g																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																
51,60 g	9,40 g	1,82 g																																																																
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10)	<p>Zöldségleves mir. 7-10, Sólet *7-10, TK kenyér *, Alma</p> <p>Energia: 548,53 Kcal / 2 292,86 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>26,01 g</td> <td>14,27 g</td> <td>1,35 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>76,43 g</td> <td>0,38 g</td> <td>1,37 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	26,01 g	14,27 g	1,35 g	Szénhidrát	Cukor	Só	76,43 g	0,38 g	1,37 g	<p>Húsleves 7-10, Paradicsom mártás 7-10, Főtt burgonya7-10</p> <p>Energia: 553,65 Kcal / 2 314,26 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>27,19 g</td> <td>12,12 g</td> <td>2,84 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>84,20 g</td> <td>15,02 g</td> <td>1,10 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	27,19 g	12,12 g	2,84 g	Szénhidrát	Cukor	Só	84,20 g	15,02 g	1,10 g	<p>Tarhonyaleves 7-10, Székelykáposzta *7-10, TK kenyér *, Müzliszelet, gyümölcsös 20gr G</p> <p>Energia: 518,83 Kcal / 2 168,71 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>24,99 g</td> <td>16,88 g</td> <td>5,39 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>65,65 g</td> <td>8,54 g</td> <td>2,04 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	24,99 g	16,88 g	5,39 g	Szénhidrát	Cukor	Só	65,65 g	8,54 g	2,04 g	<p>Brokkolikrémleves mir. 7- 10, Rántott hal isk7-10*, Párolt rizs isk 7-10, Vegyes vágott savanyúság *</p> <p>Energia: 796,17 Kcal / 3 327,99 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>30,65 g</td> <td>35,07 g</td> <td>4,59 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>88,37 g</td> <td>16,17 g</td> <td>1,98 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	30,65 g	35,07 g	4,59 g	Szénhidrát	Cukor	Só	88,37 g	16,17 g	1,98 g	<p>Burgonyaleves (magyaros)*7-10, Sajtós bolognai (spagetti)7-10, TK kenyér *</p> <p>Energia: 678,40 Kcal / 2 835,71 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>36,04 g</td> <td>20,39 g</td> <td>6,98 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>91,02 g</td> <td>4,33 g</td> <td>1,68 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	36,04 g	20,39 g	6,98 g	Szénhidrát	Cukor	Só	91,02 g	4,33 g	1,68 g
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
26,01 g	14,27 g	1,35 g																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																
76,43 g	0,38 g	1,37 g																																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																																
27,19 g	12,12 g	2,84 g																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																
84,20 g	15,02 g	1,10 g																																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																																
24,99 g	16,88 g	5,39 g																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																
65,65 g	8,54 g	2,04 g																																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																																
30,65 g	35,07 g	4,59 g																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																
88,37 g	16,17 g	1,98 g																																																																
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																																
36,04 g	20,39 g	6,98 g																																																																
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																
91,02 g	4,33 g	1,68 g																																																																



Heti étlap 2024.02.05. - 2024.02.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10)	TK kenyér *, Sárgabarackdzsem 70 % gyüm.	TK kenyér *, Delma vajzú margarin *, Ausztria szalámi	TK vizes zsemle 50 gr*, Párizsi*, Alma	TK kenyér *, Delma multivitamin*, Uborka (kígyó)	Pizzás csiga*
		Energia: 273,78 Kcal / 1 144,40 KJ	Energia: 376,15 Kcal / 1 572,31 KJ	Energia: 254,52 Kcal / 1 063,89 KJ	Energia: 252,35 Kcal / 1 054,82 KJ	Energia: 181,00 Kcal / 756,58 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		7,43 g 0,65 g 0,36 g	10,73 g 18,45 g 4,71 g	8,19 g 7,47 g 1,68 g	6,22 g 6,49 g 1,86 g	4,30 g 7,67 g 0,56 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
57,96 g 15,15 g 1,20 g	42,59 g 0,29 g 2,03 g	40,45 g 0,51 g 1,19 g	41,32 g 0,22 g 1,27 g	20,35 g 4,05 g 0,53 g		

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető

Heti étlap 2024.02.05. - 2024.02.09.

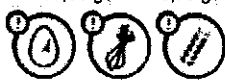


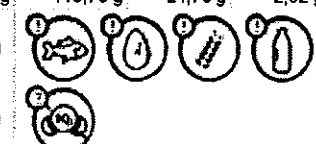
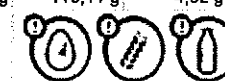
		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00482) Gyermekek (11-14év)	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Vajkrém natúr*, Paradicsom*	East Milk kakaó 200 ml 1,9%, TK tejes kifli 50gr*	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Hajdú light sajt*	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK tejes kifli 50gr*, Medve sajt téliszalámis* 33,3	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Sonkakrém 11-14, Paradicsom*
		Energia: 421,07 Kcal / 1 760,07 KJ Fehérje 13,49 g Zsír 14,16 g T.Zsír 9,43 g Szénhidrát 58,54 g Cukor 10,18 g Só 1,76 g	Energia: 309,32 Kcal / 1 292,96 KJ Fehérje 11,28 g Zsír 5,41 g T.Zsír 3,04 g Szénhidrát 52,87 g Cukor 20,55 g Só 0,74 g	Energia: 444,21 Kcal / 1 856,80 KJ Fehérje 24,83 g Zsír 12,72 g T.Zsír 8,02 g Szénhidrát 57,14 g Cukor 9,78 g Só 2,26 g	Energia: 343,24 Kcal / 1 434,74 KJ Fehérje 14,28 g Zsír 11,91 g T.Zsír 7,34 g Szénhidrát 43,77 g Cukor 12,05 g Só 1,30 g	Energia: 420,64 Kcal / 1 758,28 KJ Fehérje 14,26 g Zsír 13,66 g T.Zsír 6,04 g Szénhidrát 58,40 g Cukor 9,43 g Só 2,04 g
Ebéd	(00482) Gyermekek (11-14év)	Zöldséglevés mir. 11-14, Sólet *11-14, TK kenyér *, Alma	Húslevés isk11-14, Paradicsom mártás11-14, Főtt burgonya 11-14	Tarhonyaleves 11-14, Székelykáposzta *11-14, TK kenyér *, Müzliszelet, gyümölcsös 20gr G	Brokkolikrémleves mir.11 -14, Rántott hal isk11-14*, Párolt rizs isk 11-14, Vegyes vágott savanyúság *	Burgonyaleves (magyaros)*11-14, Sajtos bologni (spagetti)11-14, TK kenyér *
		Energia: 620,08 Kcal / 2 591,93 KJ Fehérje 30,81 g Zsír 16,19 g T.Zsír 1,48 g Szénhidrát 84,93 g Cukor 0,50 g Só 1,50 g	Energia: 610,77 Kcal / 2 553,02 KJ Fehérje 30,13 g Zsír 13,93 g T.Zsír 3,23 g Szénhidrát 91,61 g Cukor 17,36 g Só 1,22 g	Energia: 596,52 Kcal / 2 493,45 KJ Fehérje 29,04 g Zsír 21,56 g T.Zsír 6,56 g Szénhidrát 70,26 g Cukor 8,71 g Só 2,14 g	Energia: 951,47 Kcal / 3 977,14 KJ Fehérje 37,01 g Zsír 43,23 g T.Zsír 5,64 g Szénhidrát 102,31 g Cukor 19,98 g Só 2,19 g	Energia: 768,85 Kcal / 3 213,79 KJ Fehérje 38,16 g Zsír 24,52 g T.Zsír 7,40 g Szénhidrát 102,54 g Cukor 4,84 g Só 1,80 g

Heti étlap 2024.02.05. - 2024.02.09.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Uzsonna	(00482) Gyermekek (11-14év)	TK kenyér *, Sárgabarackdzsem 70 % gyüm.			TK kenyér *, Delma vajízú margarin *, Ausztria szalámi			TK vizes zsemle 50 gr*, Párizsi*, Alma			TK kenyér *, Delma multivitamin*, Uborka (kígyó)			Pizzás csiga*		
		Energia: 306,60 Kcal / 1 281,59 KJ			Energia: 426,30 Kcal / 1 781,93 KJ			Energia: 271,92 Kcal / 1 136,63 KJ			Energia: 302,49 Kcal / 1 264,41 KJ			Energia: 181,00 Kcal / 756,58 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
		8,41 g	0,75 g	0,42 g	11,71 g	20,49 g	4,77 g	9,19 g	9,29 g	2,09 g	7,23 g	8,55 g	2,42 g	4,30 g	7,67 g	0,56 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
64,75 g	15,17 g	1,40 g	49,87 g	0,30 g	2,22 g	40,66 g	0,56 g	1,36 g	48,15 g	0,28 g	1,51 g	20,35 g	4,05 g	0,53 g		

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető

Heti étlap 2024.02.05. - 2024.02.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00484) Gyermek (15-18 év)	Zöldségleves mir. *15-18, Sólet*, TK kenyér *, Alma	Húsleves*15-18, Paradicsom mártás *15-18, Főtt burgonya *15-18	Tarhonyaleves *15-18, Székelykáposzta *15-18, TK kenyér *, Müzliszelet, gyümölcsös 20gr G	Brokkolikrémleves mir. *15-18, Rántott hal *15-18, Párolt rizs *15-18, Vegyes vágott savanyúság *	Burgonyaleves (magyaros)*15-18, Sajtós bolognai (spagetti) 15-, TK kenyér *
		Energia: 709,65 Kcal / 2 966,34 KJ	Energia: 729,70 Kcal / 3 050,15 KJ	Energia: 665,31 Kcal / 2 781,00 KJ	Energia: 1 138,55 Kcal / 4 759,14 KJ	Energia: 894,52 Kcal / 3 739,09 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		35,61 g 19,97 g 1,83 g	37,04 g 17,06 g 4,01 g	32,86 g 23,22 g 7,28 g	42,81 g 56,27 g 7,28 g	44,75 g 32,36 g 9,16 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
93,66 g 0,73 g 1,85 g	107,26 g 20,87 g 1,28 g	79,76 g 9,14 g 2,32 g	113,78 g 24,78 g 2,82 g	110,11 g 4,32 g 2,02 g		
						

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető

Heti étlap 2024.02.05. - 2024.02.09.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00001) Normál (19-60)	Zöldségleves mir. *, Sólet*, TK kenyér *, Alma	Húsleves*, Paradicsom mártás *, Főtt burgonya *	Tarhonyaleves *, Székelykáposzta *, TK kenyér *, Müzliszelet, gyümölcsös 20gr G	Brokkolikrémleves mir. *, Rántott hal *, Párolt rizs *, Vegyes vágott savanyúság *	Burgonyaleves (magyaros)*, Sajtos bolognai (spagetti) , TK kenyér *
		Energia: 709,65 Kcal / 2 966,34 KJ	Energia: 729,70 Kcal / 3 050,15 KJ	Energia: 663,67 Kcal / 2 774,14 KJ	Energia: 1 136,97 Kcal / 4 752,53 KJ	Energia: 896,27 Kcal / 3 746,41 KJ
		Fehérje 35,61 g Zsír 19,97 g T.Zsírsv 1,83 g Szénhidrát 93,66 g Cukor 0,73 g Só 1,66 g	Fehérje 37,04 g Zsír 17,06 g T.Zsírsv 4,01 g Szénhidrát 107,26 g Cukor 20,87 g Só 1,38 g	Fehérje 32,81 g Zsír 23,22 g T.Zsírsv 7,28 g Szénhidrát 79,45 g Cukor 8,88 g Só 2,28 g	Fehérje 43,30 g Zsír 56,20 g T.Zsírsv 7,28 g Szénhidrát 113,01 g Cukor 23,75 g Só 2,51 g	Fehérje 44,94 g Zsír 32,40 g T.Zsírsv 9,18 g Szénhidrát 110,45 g Cukor 4,33 g Só 2,02 g

Greskó Istvánné

.....
élelmezésvezető