

## Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00481) Gyermek (4-6 év)</b>	East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, TK kenyér *, Vajkrém zöldfűszeres*, Zöldpaprika*	East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, TK kenyér *, Liga margarin, Hajdú light sajt*	East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, TK kenyér *, Flóra margarin *, Paradicsom*	East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, TK kenyér *, Ráma classic*, Főtt tojás 4-6	East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, Kalács kakaós foszliós, Liga margarin
		Energia: 287,11 Kcal / 1 200,12 KJ	Energia: 383,66 Kcal / 1 603,70 KJ	Energia: 303,00 Kcal / 1 266,54 KJ	Energia: 362,52 Kcal / 1 515,33 KJ	Energia: 336,76 Kcal / 1 407,66 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		10,51 g 10,10 g 5,77 g	18,92 g 17,81 g 8,74 g	10,20 g 12,07 g 4,95 g	15,35 g 16,81 g 6,48 g	10,74 g 16,81 g 7,23 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		37,46 g 9,30 g 1,06 g	36,70 g 9,60 g 1,61 g	37,57 g 10,05 g 1,08 g	36,64 g 9,30 g 1,23 g	35,18 g 12,00 g 0,78 g
<b>Ebéd</b>	<b>(00481) Gyermek (4-6 év)</b>	Kassai burgonyaleves *4- 6, Mákos metélt 4-6, TK kenyér *	Zöldborsóleves mir 4-6*, Rakott burgonya 4-6, Káposzta saláta*4-6, Alma	Karfiolleves mir. 4-6*, Lecsós sertésszelet/konz/ 4-6, Tarhonya köret 4-6, Alma	Májgaluska leves 4-6, Teffölös szárazbabfőz. 4- 6, Pulykamell pörkölt 4- 6*, TK kenyér *	Gulyásleves 4-6*, Tejberizs szórattal *4-6, TK kenyér *
		Energia: 525,47 Kcal / 2 196,46 KJ	Energia: 452,32 Kcal / 1 890,70 KJ	Energia: 502,20 Kcal / 2 099,20 KJ	Energia: 433,44 Kcal / 1 811,78 KJ	Energia: 417,91 Kcal / 1 746,86 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		21,36 g 16,76 g 2,86 g	17,45 g 17,05 g 4,67 g	25,17 g 16,29 g 2,65 g	30,94 g 8,87 g 2,88 g	21,96 g 9,37 g 1,80 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
		72,56 g 4,05 g 0,77 g	56,26 g 6,05 g 0,89 g	67,61 g 0,20 g 0,51 g	60,95 g 2,34 g 0,68 g	60,44 g 13,30 g 0,92 g

Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Uzsonna</b>	<b>(00481) Gyermek (4-6 év)</b>	TK tejes kifli 50gr*, Közétkeztetés Pöttyös rudi 30	TK kenyér *, Delma joghurt*, Jégcsap retek	TK tejes kifli 50gr*, Medve sajt téliszalámis* 33,3	Pizzás csiga*, Alma	TK vizes zsemle 50 gr*, Párizsi*, Zöldpaprika*
		Energia: 276,12 Kcal / 1 154,18 KJ	Energia: 171,14 Kcal / 715,37 KJ	Energia: 231,28 Kcal / 966,75 KJ	Energia: 215,79 Kcal / 902,00 KJ	Energia: 208,22 Kcal / 870,36 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
		7,96 g 7,01 g 5,14 g	4,31 g 4,34 g 1,24 g	8,28 g 6,31 g 3,74 g	4,70 g 8,07 g 0,56 g	7,15 g 5,34 g 1,27 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
44,57 g 12,65 g 0,56 g	27,97 g 0,10 g 0,87 g	34,57 g 2,85 g 1,04 g	27,35 g 4,05 g 0,54 g	34,14 g 0,46 g 1,02 g		

Greskó Istvánné

.....  
élelmezésvezető

Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

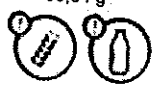

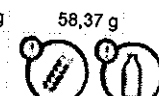
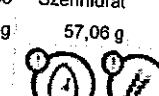
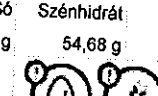
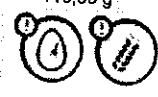
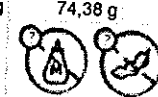
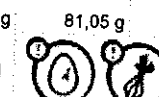
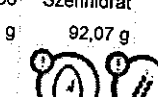
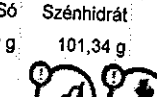
	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Tízórai</b>	<b>(00483) Gyermek (7-10)</b>				
	East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, TK kenyér *, Vajkrém zöldfűszeres*, Zöldpaprika*	East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, TK kenyér *, Liga margarin, Hajdú light sajt*	East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, TK kenyér *, Flóra margarin *, Paradicsom*	East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, TK kenyér *, Ráma classic*, Főtt tojás 7-10	East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, Kalács kakaós foszlós, Liga margarin
	Energia: 371,75 Kcal / 1 553,92 KJ	Energia: 481,08 Kcal / 2 010,91 KJ	Energia: 421,83 Kcal / 1 763,25 KJ	Energia: 454,77 Kcal / 1 900,94 KJ	Energia: 449,15 Kcal / 1 877,45 KJ
	Fehérje 12,59 g Zsír 12,31 g T.Zsírsv 6,86 g Szénhidrát 51,15 g	Fehérje 20,88 g Zsír 21,52 g T.Zsírsv 9,81 g Szénhidrát 50,31 g	Fehérje 12,15 g Zsír 18,28 g T.Zsírsv 6,17 g Szénhidrát 51,18 g	Fehérje 17,33 g Zsír 20,02 g T.Zsírsv 7,30 g Szénhidrát 50,25 g	Fehérje 13,10 g Zsír 22,40 g T.Zsírsv 9,04 g Szénhidrát 48,17 g
	Só 1,46 g	Só 2,06 g	Só 1,50 g	Só 1,65 g	Só 1,03 g
<b>Ebéd</b>	<b>(00483) Gyermek (7-10)</b>				
	Kassai burgonyaleves *7-10, Mákos metélt 7-10, TK kenyér *	Zöldborsóleves mir 7-10*, Rakott burgonya 7-10, Káposzta saláta 7-10, Alma	Karfiolleves mir. isk7-10, Lecsós sertésszelet/konz/ 7-10, Tarhonya köret 7-10, Alma	Májgaluska leves 7-10, Tejfölös szárazbabfőz. 7-10, Pulykamell pörkölt 7-10, TK kenyér *	Gulyásleves *7-10, Tejberizs szóráttal *7-10, TK kenyér *
	Energia: 679,26 Kcal / 2 839,31 KJ	Energia: 544,33 Kcal / 2 275,30 KJ	Energia: 569,67 Kcal / 2 381,22 KJ	Energia: 590,32 Kcal / 2 467,54 KJ	Energia: 598,68 Kcal / 2 502,48 KJ
	Fehérje 27,65 g Zsír 21,24 g T.Zsírsv 3,28 g Szénhidrát 94,40 g	Fehérje 19,64 g Zsír 21,55 g T.Zsírsv 5,51 g Szénhidrát 66,48 g	Fehérje 30,06 g Zsír 20,07 g T.Zsírsv 3,41 g Szénhidrát 71,94 g	Fehérje 40,77 g Zsír 13,95 g T.Zsírsv 3,95 g Szénhidrát 80,31 g	Fehérje 28,43 g Zsír 12,27 g T.Zsírsv 2,41 g Szénhidrát 92,21 g
	Só 1,13 g	Só 0,93 g	Só 0,86 g	Só 0,99 g	Só 1,25 g

Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00483) Gyermekek (7-10)</b>	TK tejes kifli 50gr*, Közétkeztetés Pöttyös rudi 30			TK kenyér *, Delma joghurt*, Jégcsap retek			TK tejes kifli 50gr*, Medve téliszalámis sajt 17,5 g			Pizzás csiga*, Alma			TK vizes zsemle 50 gr*, Párizsi*, Zöldpaprika*		
		Energia: 276,12 Kcal / 1 154,18 Kj			Energia: 254,53 Kcal / 1 063,94 Kj			Energia: 201,86 Kcal / 843,77 Kj			Energia: 215,79 Kcal / 902,00 Kj			Energia: 243,01 Kcal / 1 015,78 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7,96 g	7,01 g	5,14 g	6,29 g	6,50 g	1,86 g	6,78 g	4,11 g	2,24 g	4,70 g	8,07 g	0,56 g	9,15 g	8,98 g	2,09 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
44,57 g	12,65 g	0,56 g	41,64 g	0,16 g	1,29 g	33,77 g	2,25 g	0,94 g	27,35 g	4,05 g	0,54 g	34,56 g	0,56 g	1,35 g		

Greskó Istvánné  
.....  
élelmezésvezető

Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek																																																												
Tízórai	<p><b>(00482) Gyermekek (11-14év)</b></p> <p>East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, TK kenyér *, Vajkrém zöldfűszeres*, Zöldpaprika*</p> <p>Energia: 425,52 Kcal / 1 778,67 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>13,81 g</td> <td>14,44 g</td> <td>7,89 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>58,34 g</td> <td>9,38 g</td> <td>1,66 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	13,81 g	14,44 g	7,89 g	Szénhidrát	Cukor	Só	58,34 g	9,38 g	1,66 g	<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, TK kenyér *, Liga margarin, Hajdú light sajt*</p> <p>Energia: 571,30 Kcal / 2 388,03 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>24,87 g</td> <td>26,72 g</td> <td>11,82 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>57,22 g</td> <td>9,78 g</td> <td>2,46 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	24,87 g	26,72 g	11,82 g	Szénhidrát	Cukor	Só	57,22 g	9,78 g	2,46 g	<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, TK kenyér *, Flóra margarin *, Paradicsom*</p> <p>Energia: 456,84 Kcal / 1 909,59 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>13,23 g</td> <td>18,40 g</td> <td>6,24 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>58,37 g</td> <td>10,88 g</td> <td>1,71 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	13,23 g	18,40 g	6,24 g	Szénhidrát	Cukor	Só	58,37 g	10,88 g	1,71 g	<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, TK kenyér *, Ráma classic*, Főtt tojás isk11-14</p> <p>Energia: 514,19 Kcal / 2 149,31 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>18,33 g</td> <td>23,12 g</td> <td>8,06 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>57,06 g</td> <td>9,38 g</td> <td>1,86 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	18,33 g	23,12 g	8,06 g	Szénhidrát	Cukor	Só	57,06 g	9,38 g	1,86 g	<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% ( sz, Kalács kakaós foszlós, Liga margarin</p> <p>Energia: 521,25 Kcal / 2 178,83 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>14,29 g</td> <td>26,96 g</td> <td>10,43 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>54,68 g</td> <td>14,10 g</td> <td>1,19 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	14,29 g	26,96 g	10,43 g	Szénhidrát	Cukor	Só	54,68 g	14,10 g	1,19 g
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
13,81 g	14,44 g	7,89 g																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só																																																															
58,34 g	9,38 g	1,66 g																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																															
24,87 g	26,72 g	11,82 g																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só																																																															
57,22 g	9,78 g	2,46 g																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																															
13,23 g	18,40 g	6,24 g																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só																																																															
58,37 g	10,88 g	1,71 g																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																															
18,33 g	23,12 g	8,06 g																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só																																																															
57,06 g	9,38 g	1,86 g																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																															
14,29 g	26,96 g	10,43 g																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só																																																															
54,68 g	14,10 g	1,19 g																																																															
Ebéd	<p><b>(00482) Gyermekek (11-14év)</b></p> <p>Kassai burgonyaleves 11-14, Mákos metélt 11-14, TK kenyér *</p> <p>Energia: 787,63 Kcal / 3 292,29 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>31,69 g</td> <td>24,29 g</td> <td>3,53 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>110,65 g</td> <td>12,07 g</td> <td>1,30 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	31,69 g	24,29 g	3,53 g	Szénhidrát	Cukor	Só	110,65 g	12,07 g	1,30 g	<p>Zöldborsóleves mir isk11-14*, Rakott burgonya 11-14, Káposzta saláta 11-14, Alma</p> <p>Energia: 613,64 Kcal / 2 565,02 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>22,35 g</td> <td>24,62 g</td> <td>6,17 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>74,38 g</td> <td>4,42 g</td> <td>1,24 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	22,35 g	24,62 g	6,17 g	Szénhidrát	Cukor	Só	74,38 g	4,42 g	1,24 g	<p>Karfiolleves mir. isk11-14, Lecsós sertésszelet/konz 11-14, Tarhonya köret 11-14, Alma</p> <p>Energia: 657,03 Kcal / 2 746,39 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>34,16 g</td> <td>24,23 g</td> <td>4,03 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>81,05 g</td> <td>0,06 g</td> <td>0,91 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	34,16 g	24,23 g	4,03 g	Szénhidrát	Cukor	Só	81,05 g	0,06 g	0,91 g	<p>Májgaluska leves 11-14, Tejfölös szárazbabfőz. isk11-1, Pulykamell pörkölt 11-14, TK kenyér *</p> <p>Energia: 677,69 Kcal / 2 832,74 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>47,24 g</td> <td>15,89 g</td> <td>4,48 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>92,07 g</td> <td>3,30 g</td> <td>1,09 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	47,24 g	15,89 g	4,48 g	Szénhidrát	Cukor	Só	92,07 g	3,30 g	1,09 g	<p>Gulyásleves 11-14, Tejberizs szóráttal *11-14, TK kenyér *</p> <p>Energia: 654,95 Kcal / 2 737,69 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsírsv</td> </tr> <tr> <td>31,40 g</td> <td>13,10 g</td> <td>2,71 g</td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>101,34 g</td> <td>28,18 g</td> <td>1,30 g</td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	31,40 g	13,10 g	2,71 g	Szénhidrát	Cukor	Só	101,34 g	28,18 g	1,30 g
	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																														
31,69 g	24,29 g	3,53 g																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só																																																															
110,65 g	12,07 g	1,30 g																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																															
22,35 g	24,62 g	6,17 g																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só																																																															
74,38 g	4,42 g	1,24 g																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																															
34,16 g	24,23 g	4,03 g																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só																																																															
81,05 g	0,06 g	0,91 g																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																															
47,24 g	15,89 g	4,48 g																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só																																																															
92,07 g	3,30 g	1,09 g																																																															
Fehérje	Zsír	T.Zsírsv																																																															
31,40 g	13,10 g	2,71 g																																																															
Szénhidrát	Cukor	Só																																																															
101,34 g	28,18 g	1,30 g																																																															





Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
<b>Uzsonna</b>	<b>(00482) Gyermekek (11-14év)</b>	TK tejes kifli 50gr*, Közétkeztetés Pöttyös rudí 30			TK vizes zsemle 50 gr*, Delma joghurt*, Jégcsap reték			TK tejes kifli 50gr*, Medve sajt téliszalámis* 33,3			Pizzás csiga*, Alma			TK vizes zsemle 50 gr*, Párizsi*, Zöldpaprika*		
		Energia: 276,12 Kcal / 1 154,18 KJ			Energia: 244,33 Kcal / 1 021,30 KJ			Energia: 231,28 Kcal / 966,75 KJ			Energia: 215,79 Kcal / 902,00 KJ			Energia: 243,02 Kcal / 1 015,82 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		7,96 g	7,01 g	5,14 g	5,37 g	9,45 g	2,45 g	8,28 g	6,31 g	3,74 g	4,70 g	8,07 g	0,56 g	9,15 g	8,98 g	2,09 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		44,57 g	12,65 g	0,56 g	34,00 g	0,36 g	0,82 g	34,57 g	2,85 g	1,04 g	27,35 g	4,05 g	0,54 g	34,56 g	0,56 g	1,35 g

Greskó Istvánné  
.....  
élelmezésvezető



Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Ebéd</b>	Kassai burgonyaleves *15-18, Mákos metélt *15-18, TK kenyér *	Zöldborsóleves mir*15-18, Rakott burgonya *15-18, Káposzta saláta *15-18, Alma	Karfiolleves mir. *15-18, Lecsós sertésszelet/konz*15-18, Tarhonya köret *15-18, Alma	Májgaluskaleves *15-18, Tejfölös szárazbabfőz. 15-18, Pulykamell pörkölt *15-18, TK kenyér *	Gulyásleves*15-18, Tejberizs szórattal *15-18, TK kenyér *
	Energia: 952,11 Kcal / 3 979,82 KJ Fehérje 36,75 g    Zsír 32,61 g    T.Zsír 5,01 g Szénhidrát 128,03 g    Cukor 16,06 g    Só 1,37 g	Energia: 699,27 Kcal / 2 922,95 KJ Fehérje 25,78 g    Zsír 27,47 g    T.Zsír 7,12 g Szénhidrát 85,94 g    Cukor 5,66 g    Só 1,57 g	Energia: 737,06 Kcal / 3 080,91 KJ Fehérje 37,76 g    Zsír 28,22 g    T.Zsír 4,64 g Szénhidrát 88,76 g    Cukor 0,10 g    Só 0,96 g	Energia: 780,39 Kcal / 3 262,03 KJ Fehérje 53,41 g    Zsír 20,24 g    T.Zsír 5,16 g Szénhidrát 102,63 g    Cukor 3,37 g    Só 1,15 g	Energia: 737,19 Kcal / 3 081,45 KJ Fehérje 34,88 g    Zsír 14,95 g    T.Zsír 3,13 g Szénhidrát 114,10 g    Cukor 29,93 g    Só 1,36 g
<b>(00484) Gyermek (15-18 év)</b>					

Greskó Istvánné  
 .....  
 élelmezésvezető



Heti étlap 2024.04.22. - 2024.04.26.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
<b>Ebéd</b>	Kassai burgonyaleves *, Mákos metélt *, TK kenyér *	Zöldborsóleves*, Rakott burgonya *, Káposzta saláta *, Alma	Karfiolleves mir. *, Lecsós sertésszelet/konz*, Tarhonya köret *, Alma	Májaluskaleves *, Tejfölös szárazbabfőz. *, Pulykameill pörkölt *, TK kenyér *	Gulyásleves*, Tejberizs szóráttal *, TK kenyér *
	Energia: 960,30 Kcal / 4 014,05 KJ	Energia: 691,24 Kcal / 2 889,38 KJ	Energia: 737,06 Kcal / 3 080,91 KJ	Energia: 780,73 Kcal / 3 263,45 KJ	Energia: 737,19 Kcal / 3 081,45 KJ
<b>(00001) Normál (19-60)</b>	Fehérje 37,80 g Zsír 33,01 g T.Zsír 5,01 g Szénhidrát 128,05 g Cukor 16,06 g Só 1,42 g	Fehérje 25,78 g Zsír 27,47 g T.Zsír 7,12 g Szénhidrát 83,94 g Cukor 3,66 g Só 1,57 g	Fehérje 37,76 g Zsír 28,22 g T.Zsír 4,64 g Szénhidrát 88,76 g Cukor 0,10 g Só 0,96 g	Fehérje 53,42 g Zsír 20,24 g T.Zsír 5,16 g Szénhidrát 102,69 g Cukor 3,37 g Só 2,04 g	Fehérje 34,88 g Zsír 14,95 g T.Zsír 3,13 g Szénhidrát 114,10 g Cukor 29,93 g Só 1,36 g

Greskó Istvánné  
.....  
élelmezésvezető

