
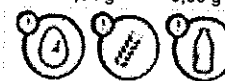
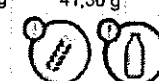
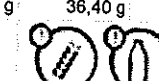
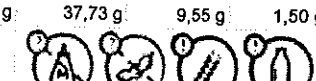
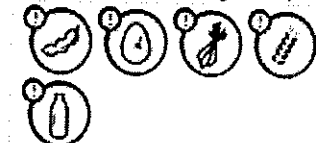

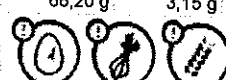

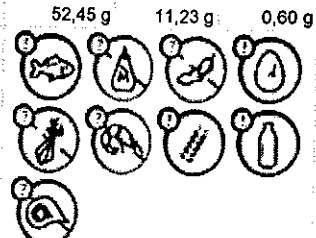


Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

	hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek																																																																																
Tízórai	<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Hajdú magyaros vajkrém*, Zöldpaprika*</p> <p>Energia: 282,32 Kcal / 1 180,10 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>10,56 g</td> <td>9,40 g</td> <td>5,84 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>37,83 g</td> <td>9,62 g</td> <td>1,17 g</td> <td></td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só	10,56 g	9,40 g	5,84 g		Szénhidrát	Cukor	Só		37,83 g	9,62 g	1,17 g		<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Liga margarin, Főtt tojás 4-6</p> <p>Energia: 372,86 Kcal / 1 558,55 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>15,32 g</td> <td>17,81 g</td> <td>6,98 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>36,64 g</td> <td>9,30 g</td> <td>1,30 g</td> <td></td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só	15,32 g	17,81 g	6,98 g		Szénhidrát	Cukor	Só		36,64 g	9,30 g	1,30 g		<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, Briós 52 gr*</p> <p>Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>11,20 g</td> <td>9,76 g</td> <td>4,18 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>41,30 g</td> <td>10,81 g</td> <td>0,81 g</td> <td></td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só	11,20 g	9,76 g	4,18 g		Szénhidrát	Cukor	Só		41,30 g	10,81 g	0,81 g		<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Liga margarin, Trappista sajt</p> <p>Energia: 410,89 Kcal / 1 717,52 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>9,92 g</td> <td>21,11 g</td> <td>10,84 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>36,40 g</td> <td>9,30 g</td> <td>1,55 g</td> <td></td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só	9,92 g	21,11 g	10,84 g		Szénhidrát	Cukor	Só		36,40 g	9,30 g	1,55 g		<p>East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Kenőmájas*, Uborka (kígyó)</p> <p>Energia: 290,77 Kcal / 1 215,42 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>11,40 g</td> <td>9,12 g</td> <td>5,49 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>37,73 g</td> <td>9,55 g</td> <td>1,50 g</td> <td></td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só	11,40 g	9,12 g	5,49 g		Szénhidrát	Cukor	Só		37,73 g	9,55 g	1,50 g	
	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só																																																																																	
10,56 g	9,40 g	5,84 g																																																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																			
37,83 g	9,62 g	1,17 g																																																																																			
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só																																																																																		
15,32 g	17,81 g	6,98 g																																																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																			
36,64 g	9,30 g	1,30 g																																																																																			
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só																																																																																		
11,20 g	9,76 g	4,18 g																																																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																			
41,30 g	10,81 g	0,81 g																																																																																			
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só																																																																																		
9,92 g	21,11 g	10,84 g																																																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																			
36,40 g	9,30 g	1,55 g																																																																																			
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só																																																																																		
11,40 g	9,12 g	5,49 g																																																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																			
37,73 g	9,55 g	1,50 g																																																																																			
Ebéd	<p>Pulykaraguleves mir. 4- 6*, Tejberizs szórattal *4- 6</p> <p>Energia: 327,48 Kcal / 1 368,87 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>23,36 g</td> <td>5,55 g</td> <td>0,58 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>49,75 g</td> <td>14,42 g</td> <td>0,50 g</td> <td></td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só	23,36 g	5,55 g	0,58 g		Szénhidrát	Cukor	Só		49,75 g	14,42 g	0,50 g		<p>Májgaluska leves 4-6, Tejfölös szárazbabfőz. 4- 3, Fokhagymás csirkemell 4-6, TK kenyér *, Alma</p> <p>Energia: 449,82 Kcal / 1 880,25 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>33,15 g</td> <td>8,43 g</td> <td>2,35 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>58,69 g</td> <td>0,49 g</td> <td>0,80 g</td> <td></td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só	33,15 g	8,43 g	2,35 g		Szénhidrát	Cukor	Só		58,69 g	0,49 g	0,80 g		<p>Csontleves tésztabetéttel 4-6, Pince pörkölt*4-6, Sárgarépas káposztasaláta*4-6, TK kenyér *, Alma</p> <p>Energia: 473,76 Kcal / 1 980,32 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>22,36 g</td> <td>12,97 g</td> <td>2,56 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>66,20 g</td> <td>3,15 g</td> <td>1,31 g</td> <td></td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só	22,36 g	12,97 g	2,56 g		Szénhidrát	Cukor	Só		66,20 g	3,15 g	1,31 g		<p>Tarhonyaleves 4-6 *, Toroskáposzta 4-6, TK kenyér *, Banán</p> <p>Energia: 552,00 Kcal / 2 307,36 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>20,44 g</td> <td>11,01 g</td> <td>2,45 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>91,33 g</td> <td>0,08 g</td> <td>1,24 g</td> <td></td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só	20,44 g	11,01 g	2,45 g		Szénhidrát	Cukor	Só		91,33 g	0,08 g	1,24 g		<p>Halászlé*4-6, Túrós tészta 4-6, TK kenyér *, Alma</p> <p>Energia: 423,03 Kcal / 1 768,27 KJ</p> <table border="1"> <tr> <td>Fehérje</td> <td>Zsír</td> <td>T.Zsír</td> <td>Só</td> </tr> <tr> <td>28,33 g</td> <td>10,23 g</td> <td>3,69 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Szénhidrát</td> <td>Cukor</td> <td>Só</td> <td></td> </tr> <tr> <td>52,45 g</td> <td>11,23 g</td> <td>0,60 g</td> <td></td> </tr> </table> 	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só	28,33 g	10,23 g	3,69 g		Szénhidrát	Cukor	Só		52,45 g	11,23 g	0,60 g	
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só																																																																																		
23,36 g	5,55 g	0,58 g																																																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																			
49,75 g	14,42 g	0,50 g																																																																																			
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só																																																																																		
33,15 g	8,43 g	2,35 g																																																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																			
58,69 g	0,49 g	0,80 g																																																																																			
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só																																																																																		
22,36 g	12,97 g	2,56 g																																																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																			
66,20 g	3,15 g	1,31 g																																																																																			
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só																																																																																		
20,44 g	11,01 g	2,45 g																																																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																			
91,33 g	0,08 g	1,24 g																																																																																			
Fehérje	Zsír	T.Zsír	Só																																																																																		
28,33 g	10,23 g	3,69 g																																																																																			
Szénhidrát	Cukor	Só																																																																																			
52,45 g	11,23 g	0,60 g																																																																																			



Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00481) Gyermek (4-6 év)	TK kenyér *, Liga margarin, Sajtos párizsi	TK kenyér *, Flóra margarin *, Jégsaláta	TK kenyér *, Ráma classic*, T. Finonimo Toast Sonkás szele, Zöldpaprika*	TK kenyér *, Flóra margarin *, Paradicsom*	Pizzás csiga*
		Energia: 242,77 Kcal / 1 014,78 KJ	Energia: 253,11 Kcal / 1 058,00 KJ	Energia: 207,96 Kcal / 869,27 KJ	Energia: 191,04 Kcal / 798,55 KJ	Energia: 181,00 Kcal / 756,58 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		6,52 g 11,21 g 3,54 g	6,03 g 6,64 g 1,46 g	6,55 g 7,06 g 1,86 g	4,20 g 6,47 g 1,35 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
27,98 g 0,10 g 1,28 g	41,38 g 0,89 g 1,22 g	28,96 g 0,20 g 1,39 g	28,37 g 0,84 g 0,82 g	20,35 g 4,05 g 0,53 g		

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető

Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00483) Gyermekek (7-10)	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Hajdú magyaros vajkrém*, Zöldpaprika* Energia: 413,99 Kcal / 1 730,48 KJ Fehérje 13,78 g Zsír 13,01 g T.Zsír 8,02 g Szénhidrát Cukor Só 58,77 g 10,02 g 1,88 g 	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Liga margarin, Főtt tojás 7-10 Energia: 470,27 Kcal / 1 965,73 KJ Fehérje 17,28 g Zsír 21,51 g T.Zsír 8,05 g Szénhidrát Cukor Só 50,24 g 9,35 g 1,75 g 	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, Briós 52 gr* Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ Fehérje 11,20 g Zsír 9,76 g T.Zsír 4,18 g Szénhidrát Cukor Só 41,30 g 10,81 g 0,81 g 	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Liga margarin, Trappista sajt Energia: 508,30 Kcal / 2 124,69 KJ Fehérje 11,88 g Zsír 24,81 g T.Zsír 11,91 g Szénhidrát Cukor Só 50,00 g 9,35 g 2,00 g 	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Kenőmájás*, Uborka (kígyó) Energia: 378,41 Kcal / 1 581,75 KJ Fehérje 13,95 g Zsír 10,86 g T.Zsír 6,44 g Szénhidrát Cukor Só 51,74 g 9,73 g 2,12 g
		Pulykaraguleves mir. 7- 10, Tejberizs szorattal *7- 10 Energia: 451,67 Kcal / 1 887,98 KJ Fehérje 27,75 g Zsír 7,56 g T.Zsír 0,85 g Szénhidrát Cukor Só 72,23 g 27,38 g 0,67 g 	Májgaluska leves 7-10, Tejfölös szárazbabfőz. 7- 10, Fokhagymás csirkemell 7-10, TK kenyér *, Alma Energia: 602,82 Kcal / 2 519,79 KJ Fehérje 40,53 g Zsír 12,76 g T.Zsír 3,88 g Szénhidrát Cukor Só 79,29 g 2,27 g 0,97 g 	Csontleves tésztabetéttel 7-10, Pince pörkölt*7-10, Sárgarépas káposztasaláta*7-10, TK kenyér *, Alma Energia: 566,86 Kcal / 2 369,47 KJ Fehérje 23,66 g Zsír 13,03 g T.Zsír 2,34 g Szénhidrát Cukor Só 88,16 g 4,30 g 1,36 g 	Tarhonyaleves 7-10, Toroskáposzta 7-10, TK kenyér *, Banán Energia: 629,24 Kcal / 2 630,22 KJ Fehérje 25,91 g Zsír 13,77 g T.Zsír 3,16 g Szénhidrát Cukor Só 98,93 g 0,62 g 1,49 g 	Halászlé*7-10, Túrós tészta 7-10, TK kenyér *, Alma Energia: 611,06 Kcal / 2 554,23 KJ Fehérje 40,31 g Zsír 14,49 g T.Zsír 5,46 g Szénhidrát Cukor Só 77,61 g 15,49 g 1,23 g
Ebéd	(00483) Gyermekek (7-10)					



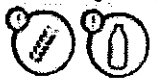
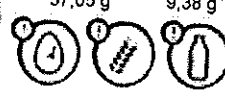
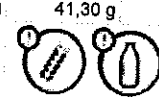
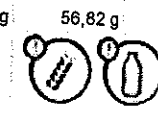
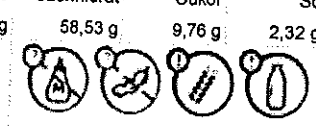

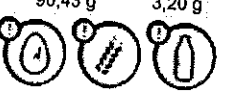
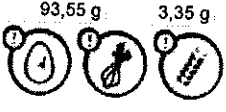
Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00483) Gyermekek (7-10)	TK kenyér *, Liga margarin, Sajtos párizsi	TK kenyér *, Flóra margarin *, Jégsaláta	TK kenyér *, Ráma classic*, T. Finonimo Toast Sonkás szele, Zöldpaprika*	TK kenyér *, Flóra margarin *, Paradicsom*	Pizzás csiga*
		Energia: 364,16 Kcal / 1 522,19 KJ	Energia: 279,70 Kcal / 1 169,15 KJ	Energia: 309,03 Kcal / 1 291,75 KJ	Energia: 283,27 Kcal / 1 184,07 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
		9,78 g 16,81 g 5,32 g	6,03 g 9,64 g 2,01 g	9,65 g 10,55 g 2,79 g	6,15 g 9,67 g 2,02 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
		41,97 g 0,15 g 1,93 g	41,39 g 1,27 g 1,23 g	43,00 g 0,31 g 2,09 g	41,96 g 1,27 g 1,23 g	20,35 g 4,05 g 0,53 g

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető



Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Tízórai	(00482) Gyermekek (11-14év)	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Hajdú magyaros vajkrém*, Zöldpaprika* Energia: 413,99 Kcal / 1 730,48 KJ Fehérje 13,78 g Zsír 13,01 g T.Zsír 8,02 g Szénhidrát 58,77 g Cukor 10,02 g Só 1,88 g 	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Liga margarin, Főtt tojás isk11-14 Energia: 534,87 Kcal / 2 235,76 KJ Fehérje 18,26 g Zsír 25,12 g T.Zsír 9,06 g Szénhidrát 57,05 g Cukor 9,38 g Só 2,00 g 	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, Briós 52 gr* Energia: 301,18 Kcal / 1 258,93 KJ Fehérje 11,20 g Zsír 9,76 g T.Zsír 4,18 g Szénhidrát 41,30 g Cukor 10,81 g Só 0,81 g 	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Liga margarin, Trappista sajt Energia: 607,61 Kcal / 2 539,81 KJ Fehérje 12,87 g Zsír 31,12 g T.Zsír 14,62 g Szénhidrát 56,82 g Cukor 9,38 g Só 2,38 g 	East Milk Tej 200 ml 2,8% (sz, TK kenyér *, Kenőmájás*, Uborka (kigó) Energia: 411,24 Kcal / 1 718,98 KJ Fehérje 14,92 g Zsír 10,97 g T.Zsír 6,50 g Szénhidrát 58,53 g Cukor 9,76 g Só 2,32 g 
		Ebéd	(00482) Gyermekek (11-14év)	Pulykaraguleves mir. 11- 14, Tejberizs szórattal *11- -14 Energia: 504,16 Kcal / 2 107,39 KJ Fehérje 30,21 g Zsír 7,69 g T.Zsír 0,89 g Szénhidrát 82,96 g Cukor 28,40 g Só 0,74 g 	Májgaluska leves 11-14, Tejfölös szárazbabfőz. isk11-1, Fokhagymás csirkemell 11-14, TK kenyér *, Alma Energia: 687,77 Kcal / 2 874,88 KJ Fehérje 47,27 g Zsír 14,19 g T.Zsír 4,03 g Szénhidrát 90,43 g Cukor 3,20 g Só 1,09 g 	Csontleves tésztabet. 11- 14, Pince pörkölt*11-14, Sárgarépás káposztasaláta*11-1, TK kenyér *, Alma Energia: 639,11 Kcal / 2 671,48 KJ Fehérje 29,29 g Zsír 16,28 g T.Zsír 3,04 g Szénhidrát 93,55 g Cukor 3,35 g Só 1,57 g 



Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Uzsonna	(00482) Gyermek (11-14év)	TK kenyér *, Liga margarin, Sajtos párizsi	TK kenyér *, Flóra margarin *, Jégsaláta	TK kenyér *, Ráma classic*, T. Finonimo Toast Sonkás szele, Zöldpaprika*	TK kenyér *, Flóra margarin *, Paradicsom*	Pizzás csiga*
		Energia: 452,73 Kcal / 1 892,41 KJ	Energia: 339,12 Kcal / 1 417,52 KJ	Energia: 377,24 Kcal / 1 576,86 KJ	Energia: 342,69 Kcal / 1 432,44 KJ	Energia: 181,00 Kcal / 756,58 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav	Fehérje Zsír T.Zsírsav
		12,06 g 22,32 g 7,03 g	7,00 g 12,75 g 2,62 g	11,76 g 13,93 g 3,66 g	7,13 g 12,78 g 2,63 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
		49,17 g 0,18 g 2,37 g	48,18 g 1,67 g 1,44 g	50,23 g 0,38 g 2,58 g	48,77 g 1,68 g 1,44 g	20,35 g 4,05 g 0,53 g

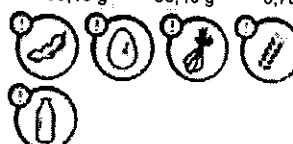
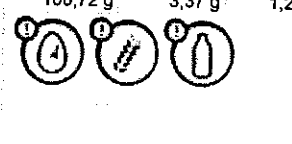
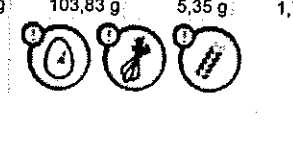




Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető

Heti étlap 2025.01.13 - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00001) Normál (19-60)	Pulykaraguleves mir. *, Tejberizs szórattal *	Májgaluskaleves *, Tejfölös szárazbabfőz. *, Fokhagymás csirkemell *, TK kenyér *, Alma	Csontleves tésztabetéttel *, Pince pörkölt*, Sárgarépás káposztasaláta*, TK kenyér *, Alma	Tarhonyaleves *, Toroskáposzta *, TK kenyér *, Banán	Halászlé*, Túrós tészta*, TK kenyér *, Alma
		Energia: 588,68 Kcal / 2 460,68 KJ	Energia: 822,16 Kcal / 3 436,63 KJ	Energia: 721,38 Kcal / 3 015,37 KJ	Energia: 750,67 Kcal / 3 137,80 KJ	Energia: 824,67 Kcal / 3 447,12 KJ
		Fehérje 32,75 g Zsír 10,67 g T.Zsírsv 1,25 g Szénhidrát 95,15 g	Fehérje 57,41 g Zsír 20,00 g T.Zsírsv 5,07 g Szénhidrát 100,55 g	Fehérje 35,29 g Zsír 19,41 g T.Zsírsv 3,74 g Szénhidrát 100,63 g	Fehérje 31,85 g Zsír 20,34 g T.Zsírsv 4,33 g Szénhidrát 108,48 g	Fehérje 54,05 g Zsír 20,07 g T.Zsírsv 7,57 g Szénhidrát 103,94 g
		Cukor 30,40 g Só 0,78 g	Cukor 3,15 g Só 1,32 g	Cukor 0,75 g Só 1,78 g	Cukor 0,62 g Só 1,72 g	Cukor 19,84 g Só 1,53 g

Greskó Istvánné
.....
élelmezésvezető

Heti étlap 2025.01.13. - 2025.01.17.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00484) Gyermek (15-18 év)	Pulykaraguleves mir. *15-18, Tejberizs szóráttal *15-18	Májgaluskaleves *15-18, Tejfölös szárazbabfőz. 15-18, Fokhagymás csirkemell *15-18, TK kenyér *, Alma	Csontleves tésztabetéttel *15-, Pince pörkölt*15-18, Sárgarépás káposztasaláta*15-1, TK kenyér *, Alma	Tarhonyaleves *15-18, Toroskáposzta 15-18, TK kenyér *, Banán	Halászlé*15-18, Túrós tészta*15-18, TK kenyér *, Alma
		Energia: 588,68 Kcal / 2 460,68 KJ	Energia: 823,13 Kcal / 3 440,68 KJ	Energia: 731,67 Kcal / 3 058,38 KJ	Energia: 752,32 Kcal / 3 144,70 KJ	Energia: 824,68 Kcal / 3 447,16 KJ
		Fehérje 32,75 g Zsír 10,67 g T.Zsírsv 1,25 g Szénhidrát 95,15 g Cukor 30,40 g Só 0,78 g	Fehérje 57,45 g Zsír 20,00 g T.Zsírsv 5,07 g Szénhidrát 100,72 g Cukor 3,37 g Só 1,25 g	Fehérje 34,88 g Zsír 19,32 g T.Zsírsv 3,74 g Szénhidrát 103,83 g Cukor 5,35 g Só 1,77 g	Fehérje 31,91 g Zsír 20,35 g T.Zsírsv 4,33 g Szénhidrát 108,79 g Cukor 0,89 g Só 1,96 g	Fehérje 54,05 g Zsír 20,07 g T.Zsírsv 7,57 g Szénhidrát 103,94 g Cukor 19,84 g Só 1,53 g
						
						

Greskó Istvánné

.....

élelmezésvezető