



### Heti étlap 2020.01.27. - 2020.01.31.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Ebéd</b>	<b>(00001) Normál (19-69 év)1x</b>	Zölds.lev.pir.tarh./19-69év/, Vagdalt pog.sütőben/19-69év/, Zöldbabfőzelék*mir.*19-69év/, Telj.őrj.Gabon. for.szel.keny.	Tejf.karal.leves/mir./19-69év/, Firenzei halfilé/19-69év/, Párolt rizsköret100g/19-69év/	Lebbencsleves/19-69év/, Tökfőzelék*mir.*19-69év/, Csirkepörkölt /comb/19-69év/, Alma-	Szárazbabweles /19-69év/, Vadas marhasült/19-69év/, Nudliköret /19-69év/, Vegyes vágott savanyú-, Banán -	Csontlev.s.csontból/19-69év/, Sült májas hurka/19-69év/, Burg.hagym. tört 1/2 a. 19-69+, Párolt káposzta 1/2 adag, Telj.őrj.Gabon. for.szel.keny.										
		Energia: 710,35 Kcal / 2 969,26 KJ	Energia: 1 054,02 Kcal / 4 405,80 KJ	Energia: 740,87 Kcal / 3 096,84 KJ	Energia: 1 066,54 Kcal / 4 458,14 KJ	Energia: 839,97 Kcal / 3 511,07 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		41,49 g	24,61 g	6,60 g	44,36 g	48,20 g	13,07 g	37,81 g	33,10 g	6,55 g	48,33 g	41,56 g	6,52 g	36,65 g	36,39 g	8,12 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
79,44 g	6,21 g	3,61 g	109,48 g	0,60 g	3,98 g	70,86 g	5,83 g	3,97 g	137,39 g	6,05 g	4,11 g	90,04 g	4,00 g	6,69 g		

.....  
Élelmezési osztályvezet

.....  
Vezet dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

