



### Heti étlap 2020.02.03. - 2020.02.07.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
<b>Ebéd</b>	<b>(00001) Normál (19-69 év)1x</b>	Csurg.tojás leves/19-69év/ Székelykáposzta/19-69év/ Telj.őrl.Gabon. for.szel.keny., Félbarna kenyér -	Frankfurti leves /19-69év/ Gránátos kocka /19-69év/ Narancs -	Daragal.lev./friss/19-69év/ Párizsi csirkemell/19-69év/ Almamártás *mir.*19-69/ Telj.őrl.Gabon. for.szel.keny.	Zellerkrémleves(mir)/19-69év/ Lyoni sert. szelet/19-69év/ Bulgur köret/19-69év/	Zöldborsóleves*mir.*19-69év/ Sült csirkecomb/19-69év/ Gombás rizs 90g/19-69év/ Vegyes vágott savanyú-, Banán -										
		Energia: 743,07 Kcal / 3 106,03 KJ	Energia: 863,68 Kcal / 3 610,18 KJ	Energia: 858,64 Kcal / 3 589,12 KJ	Energia: 873,38 Kcal / 3 650,73 KJ	Energia: 898,98 Kcal / 3 757,74 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		43,75 g	24,06 g	8,30 g	29,42 g	26,33 g	6,79 g	43,90 g	22,04 g	4,66 g	38,82 g	35,85 g	9,07 g	44,10 g	26,20 g	3,83 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
85,67 g	1,29 g	6,20 g	125,92 g	2,14 g	3,35 g	118,62 g	28,21 g	3,60 g	103,03 g	1,08 g	1,79 g	134,28 g	0,68 g	2,94 g		

.....  
Élelmezési osztályvezet

.....  
Vezet dietetikus

.....  
Gazdaságvezet

