



Heti étlap 2020.04.20. - 2020.04.24.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00487) Gyermek (11-14év)1x	Sertéspörkölt lecsóval/11-14év, Sárgaborsó főzelék /11-14év/, Májgal.lev.friss zöld./11-14év, Alma-	Daragal.lev./friss/11-14év/, Zöldborsós ser.tokány/11-14év/, Bulgur köret/11-14év/, Gyüm.múzli szelet 20 gr -	Nyírs.gombóc leves/11-14év/, Sült csirkecomb/11-14év/, Almamártás *mir.*/11-14év/, Főtt tojás/11-14év/, Tejl.őrl.Gabon.for.szel.keny.	Burgonya sós 300g/11-14év/, Tejf.karfiollev.*mir.*/11-14év, Marhapörkölt/11-14év/, Banán -	Csontleves s csontból/11-14év/, Rántott sertésszelet /11-14év/, Rizskö.+mexi.zölds.k./11-14év/, Szezámag-										
		Energia: 730,59 Kcal / 3 053,87 KJ	Energia: 749,77 Kcal / 3 134,04 KJ	Energia: 831,56 Kcal / 3 475,92 KJ	Energia: 748,45 Kcal / 3 128,52 KJ	Energia: 745,27 Kcal / 3 115,23 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		45,60 g	29,94 g	5,81 g	36,67 g	25,76 g	5,59 g	43,14 g	30,70 g	6,91 g	33,37 g	22,07 g	5,35 g	40,69 g	27,95 g	5,07 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
67,98 g	0,42 g	4,58 g	96,16 g	2,66 g	3,04 g	93,94 g	29,06 g	3,05 g	102,47 g	0,29 g	2,80 g	81,23 g	0,05 g	3,19 g		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

