



Heti étlap 2020.04.20. - 2020.04.24.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00479) Gyermekek (7-10 év) 1x	Májgal.lev.friss zöld./7-10év/, Sertéspörkölt lecsóval/7-10év/, Sárgaborsó főzelék /7-10év/, Alma-	Daragal.lev./friss/7-10év/, Zöldborsós ser.tokány/7-10év/, Bulgur köret/7-10év/, Gyüm.múzli szelet 20 gr -	Nyírs.gombóc leves/7-10év/, Sült csirkecomb /7-10év/, Almamártás *mir.*/7-10év/, Főtt tojás/7-10év/, Tej.őr.l.Gabon.for.szel.keny.	Tejf.karfiollev.*mir.*/7-10év/, Marhapörkölt/7-10év/, Burgonya sós 300g/7-10év/, Banán -	Csontleves s csontból./7-10év/, Rántott sertésszelet /7-10év/, Rizskö.+mexi.zölds.k./7-10év/, Szezámag-										
		Energia: 622,49 Kcal / 2 602,01 KJ	Energia: 637,32 Kcal / 2 664,00 KJ	Energia: 748,59 Kcal / 3 129,11 KJ	Energia: 700,09 Kcal / 2 926,38 KJ	Energia: 679,81 Kcal / 2 841,61 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		40,82 g	23,14 g	4,79 g	32,30 g	21,02 g	4,85 g	38,44 g	26,26 g	6,22 g	31,73 g	21,68 g	5,25 g	36,59 g	28,34 g	4,99 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
61,16 g	0,42 g	4,90 g	82,79 g	2,66 g	3,87 g	88,03 g	27,07 g	2,97 g	92,99 g	0,29 g	2,78 g	68,22 g	0,05 g	2,56 g		

.....
Élelmezési
osztályvezet

.....
Vezet
dietetikus

.....
Gazdaságvezet

