



Heti étlap 2021.06.07. - 2021.06.11.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00140) Középisk.étr.15é vtől	Karalábé leves *mir*15-18, Tészta köret 15-18, Csikós tokány, Csemege uborka	Hamisgulyás15-18, sült debreceni , Sárgaborsó főzelék15-18, Graham kenyér	Csontleves tésztabetéttel15-18, Sült csirkecomb 15-18, Török rizs 15-18, Toszkan ragu !	Brokkolikrémleves 15-18 , Milánói makaróni 15-18, Levesgyöngy 18%, Trapista sajt, Múzli szelet**	Felvidéki tojásleves 15-18, Párolt rizsköret 15-18, Lecsós tokány
		Energia: 1 249,08 Kcal / 5 221,15 KJ	Energia: 1 552,63 Kcal / 6 489,99 KJ	Energia: 921,12 Kcal / 3 850,28 KJ	Energia: 5 678,94 Kcal / 23 737,97 KJ	Energia: 1 623,70 Kcal / 6 787,07 KJ
		Fehérje 43,57 g Zsír 50,02 g T.Zsírsv 12,39 g	Fehérje 61,72 g Zsír 78,48 g T.Zsírsv 19,33 g	Fehérje 52,75 g Zsír 32,34 g T.Zsírsv 7,15 g	Fehérje 150,47 g Zsír 138,13 g T.Zsírsv 17,64 g	Fehérje 55,88 g Zsír 69,52 g T.Zsírsv 19,44 g
		Szénhidrát 158,79 g Cukor 0,01 g Só 12,33 g	Szénhidrát 141,42 g Cukor 0,33 g Só 3,53 g	Szénhidrát 103,62 g Cukor 0,25 g Só 10,32 g	Szénhidrát 823,56 g Cukor 129,13 g Só 12,97 g	Szénhidrát 194,50 g Cukor 5,09 g Só 9,79 g

