



Heti étlap 2021.08.30. - 2021.09.03.

		szerda	csütörtök	péntek
Ebéd	(00140) Középisk.étr.15é vtől	Csontleves tésztabetéttel15-18, Mexikói chilis bab15-18, Párolt rizsköret 15-18	Rántott leves zsemlekockával15, Sertés pörkölt15-18, Zöldborsófőzelék 15-18, Graham kenyér	Zöldségleves 15-18, Milánói makaróni 15-18, Trapista sajt
		Energia: 1 188,97 Kcal / 4 969,89 Kj	Energia: 1 499,26 Kcal / 6 266,91 Kj	Energia: 1 856,41 Kcal / 7 759,79 Kj
		Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv	Fehérje Zsír T.Zsírsv
		41,83 g 40,65 g 12,40 g	64,60 g 65,10 g 14,08 g	72,88 g 60,71 g 17,49 g
		Szénhidrát Cukor Só 162,70 g 0,02 g 7,05 g	Szénhidrát Cukor Só 166,23 g 5,01 g 7,11 g	Szénhidrát Cukor Só 251,02 g 6,49 g 9,79 g
				