



Heti étlap 2022.02.07. - 2022.02.11.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek										
Ebéd	(00140) Középisk.étr.15é vtől	Zellerkrémleves 15-18, Tarhonyáshús15-18, cékla saláta!, Levesgyöngy 18%	Húsleves*15-18, Főtt sertéshús 15-18, Sóskamártás , Burgonya sós féladag , Graham kenyer	Gyümölcs leves 15-18, Sült csirkecomb 15-18, Párolt rizsköret 15-18, Vegyesvágott	Karfiolleves 15-18, Vagdalt 15-18, Burgonya főzelék 15-18, Graham kenyer	Zöldségleves 15-18, Székelykáposzta15-18, Körte, Graham kenyer										
		Energia: 333.72 Kcal / 1,394.95 KJ	Energia: 745.99 Kcal / 3,118.24 KJ	Energia: 459.74 Kcal / 1,921.71 KJ	Energia: 749.15 Kcal / 3,131.45 KJ	Energia: 524.39 Kcal / 2,191.95 KJ										
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír			
		16.16 g	24.51 g	7.72 g	47.82 g	35.14 g	13.78 g	35.76 g	20.20 g	6.78 g	30.59 g	32.07 g	10.51 g	25.31 g	25.14 g	7.78 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		14.93 g	0.00 g	0.06 g	55.31 g	10.00 g	0.94 g	32.70 g	14.66 g	0.84 g	85.27 g	0.01 g	0.41 g	51.99 g	0.01 g	0.14 g

