

Heti étlap 2022.04.18. - 2022.04.22.

		szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00140) Középisk.étr.15é vtől	Brokkolikrémleves 15-18 , Carbonara spagetti 15-18, Levesgyöngy 18%, Trapista sajt			Karalábé leves *mir*15-18, sült debreceni , Sárgaborsó főzelék15-18, Graham kenyér			Mákos metélt15-18, Palócleves *mir.* , Alma**		
		Energia: 300.87 Kcal / 1,257.64 Kj			Energia: 240.15 Kcal / 1,003.83 Kj			Energia: 497.98 Kcal / 2,081.56 Kj		
		Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv	Fehérje	Zsír	T.Zsírsv
		16.64 g	19.50 g	6.84 g	9.91 g	13.51 g	3.64 g	18.06 g	23.36 g	7.06 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
13.18 g	0.00 g	0.61 g	21.18 g	0.03 g	0.32 g	56.92 g	19.98 g	0.78 g		
										