



Heti étlap 2024.11.25. - 2024.11.29.																
		hétfő			kedd			szerda			csütörtök			péntek		
Ebéd	(00500) Felnőtt menü															
		Zöldségleves, Bolognai spagetti, Reszelt sajt			Sajtkrémleves, Kelkáposzta főzelék, Sült baromfi pálc			Csurgatott tojásleves, Rántott halrudacska, Jázmin rizs, Francia saláta			Magyaros burgonyaleves, Fejtett babfőzelék, Sertés pörkölt			Rostos ivólé, Gyros salátával, ezersziget öntettel, Párolt jázmin rizs		
		Energia: 893.03 Kcal / 3,732.87 KJ			Energia: 723.55 Kcal / 3,024.44 KJ			Energia: 1,676.05 Kcal / 7,005.89 KJ			Energia: 729.71 Kcal / 3,050.19 KJ			Energia: 709.23 Kcal / 2,964.58 KJ		
		Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír	Fehérje	Zsír	T.Zsír
		35.79 g	35.13 g	10.21 g	28.01 g	44.58 g	11.14 g	41.79 g	105.69 g	14.15 g	35.10 g	30.13 g	6.59 g	32.21 g	39.41 g	6.35 g
		Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só	Szénhidrát	Cukor	Só
		108.15 g	6.99 g	3.50 g	50.95 g	0.63 g	3.11 g	177.02 g	6.45 g	7.26 g	75.66 g	5.05 g	6.36 g	59.66 g	1.68 g	4.47 g
1,3,7,9			1,3,7,(6),(10)			1,3,7,10,(12)			1,7,9			3,7,10,(1)				

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!