



Heti étlap 2021.07.26. - 2021.08.01.

		hétfő	kedd	szerda	csütörtök	péntek	szombat	vasárnap
Ebéd	(00501) Alkalmazott *A* menü	Zöldséges karalábéleves, Fokhagymás pulykasült, Zöldbabfőzelék	Karfiolkrémleves, Puffasztott kölesgolyó, Tarhonyáshús, Csemege uborka	Zöldborsóleves, Halpaprikás, Tészta köret	Reszelttészta leves, Sajtos csirkemell, Sárgarépás rizs	Babgulyás, Lekváros bukta, Alma	Zöldséges burgonyaleves, Rakott zöldbab	Húsleves, Rántott csirkemell, Petrezselymes burgonya, Csemege uborka
		Energia: 714.50 Kcal / 2,986.61 KJ	Energia: 952.71 Kcal / 3,982.33 KJ	Energia: 791.43 Kcal / 3,308.18 KJ	Energia: 865.96 Kcal / 3,619.71 KJ	Energia: 411.60 Kcal / 1,720.49 KJ	Energia: 661.04 Kcal / 2,763.15 KJ	Energia: 855.51 Kcal / 3,576.03 KJ
		Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav	Fehérje Zsír T.Zsírsvav
		36.46 g 39.94 g 8.74 g	42.78 g 40.16 g 9.06 g	47.25 g 31.35 g 5.87 g	46.15 g 35.34 g 8.68 g	31.94 g 48.65 g 12.28 g	28.39 g 27.60 g 6.24 g	41.88 g 33.07 g 3.96 g
		Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só	Szénhidrát Cukor Só
50.99 g 0.08 g 1.29 g	106.50 g 0.56 g 1.96 g	103.00 g 0.05 g 1.21 g	89.57 g 0.08 g 1.43 g	113.31 g 32.70 g 1.73 g	73.49 g 0.11 g 1.74 g	96.69 g 0.03 g 2.25 g		

Az étlap változtatás jogát fenntartjuk!
Étlapjaink a www.kozetkeztetes60.hu weboldalon is elérhetőek!

.....
Dietetikus